يونيو (حزيران) ١٩٨٧، شوّال ١٤٠٧

المختار

من ريدرز دايجست

AL MUKHTAR min Reader's Digest June '87 N° 103

الأمازون نهر الأسرار

(ص ٩٨)

أخطر تقرير عن آيدز

الطاعون الأسود

(ص ١٢)

سبنسر لدراج الناري

(ص ٧٨)

نظارة السعادة ١٧
فجر الحضارة ١٩
حبيسة الكهف (مأساة واقعية) ٢٦
بذور الامل ٣٢
أيام مع روبنشتاين ٣٥
الدهن في الوجبات السريعة ٤٠
باريس بعين دوانو ٤٣
عندما فقدت زوجي ٤٨
السيد "لا" عند جيليت ٥٢
وداعاً يا "مبروك" ٥٧
هولمس يقترب من شكسبير ٦٢
كونوا مثلهم ٦٦
نهاية المركب "فخر" ٧٠
حجر الصوان غير صحي ٨٣
الحياة في انتظارهم ٨٩
الاعتذار فن ٩٥
التغذية الصحيحة: المسموح والممنوع ١٠٤
"سهرة" اسبانية ١١٠
اعترافات طبّاخ ١١٦
خاص: فوجي، روح اليابان ١٣٠
بين السطور ٢ – تأملات معاصرة ١٠ – الطب ٢٥ – حديقة أفكار ٣٩ – دائرة المعارف ٨٧ – أخبار العلم ١٠٩

اوسع المجلات انتشاراً في العالم
٣٩ طبعة، ١٥ لغة، ٢٨ مليون نسخة شهرياً

فندق الشام

أحدث مدينة في أقدم عاصمة

فندق الشام ليس فقط أحدث وأكبر الفنادق في المنطقة ، بل إنه مدينة قائمة بذاتها . . . صمم على أحدث طراز فني ليوفر لك الراحة والمتعة القصوى سواء كنت ترتاح في غرفتك ، أو كنت منهمكاً في عملك . . . فندق الشام يوفر لك جميع الاحتياجات مثل المركز الرياضي والصحي وحمام السباحة وعدد من المطاعم الفخمة والمشارب بالاضافة إلى مسرح وصالة سينما وعدد كبير من المحلات التجارية . . . ولاتنس المطعم الدوار المطل على مدينة دمشق التاريخية بأكملها التي تعتبر أقدم عاصمة في التاريخ وتتميز بآثار قديمة تظهر أهميتها الحضارية وتقاليدها الأصيلة التي لازلنا نفاخر بها ونحافظ عليها .

للحجز : فندق الشام - ص.ب ٧٥٧٠
تلكس : ٤١١٩٦٤
رقم الهاتف : ٢٣٢٣٠٠ (١٠٠ خط)
تلكس الزبائن : ٤١١٨١٠ (٥ خطوط)

فندق الشام

عراقة في التقاليد

المختار
من ريدرز دايجست
مجلة شهرية

رئيس التحرير - المدير المسؤول: **ادمون صعب.**
امانة التحرير: **راغدة حداد.** الاخراج: **جورج غالي.** الخطوط: **جبران مطر.**

الامتياز: **شركة النهار للمنشورات الدولية - باريس.** الناشر: **شركة "ايبراك" للمنشورات الدولية - بيروت.**
رئيس مجلس الادارة - المدير العام: **الدكتور لوسيان دحداح.**
المدير العام المعاون: **داني دحداح - باز.**

التحرير والادارة: **مركز ميرنا شالوحي، بولفار سن الفيل، ص.ب ٥٥٢٢٨ المتن الشمالي - لبنان.**
الهاتف ٤٩١٦٣٠ - ٤٩٢٦٧٠ التلكس MUKTAR 44615 LE

الاعلانات: **الشركة اللبنانية لادارة حصر الاعلانات انترناسيونال (راجع الصفحة ١٤٤)**

الاشتراكات: **فريال علاف، بناية الشرتوني، شارع المقدسي، ص.ب ٨٧٠٧ بيروت - لبنان.**
الهاتف ٣٤٥٧٣١ - ٣٤٩٤٧٧ التلكس MUKTAR 44615 LE, MEM 22288 LE

الصف والتنفيذ: **المطابع التعاونية الصحفية، شارع مصرف لبنان، بيروت.**
الطباعة: **المطبعة العربية، المدينة الصناعية - البوشرية، المتن الشمالي - لبنان.**
التوزيع: **الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات، بيروت.**

AL MUKHTAR min Reader's Digest.

© 1987 BY AN NAHAR P.I.S.A LICENSEE OF THE READER'S DIGEST ASSN. INC.

Editor-in-Chief: Edmond Saab.
Managing Director: Dany Dahdah-Baz.
Centre Myrna Chalouhi, Blvd. Sin el-Fil, P.O. Box 55228, El-Metn, Lebanon.
Tel: 492670 — 491630, Telex: MUKTAR 44615 LE.

MEMBRE INSCRIT A L'O.J.D.

June '87 N° 103 (New Series) Vol. 9

ريدرز دايجست
المؤسسان: دي ويت والاس وليلى اتشيسون والاس.
الطبعات الدولية

رئيس التحرير: **كين غيلمور.** مدير التحرير: **جيريمي هـ. دول.** المدير العام: **جورج ف. غرون.**

تنشر "ريدرز دايجست" في اللغة الانكليزية (الطبعات الاميركية، الكندية، البريطانية، الاوسترالية، النيوزيلندية، الافريقية الجنوبية، الهندية والآسيوية) وفي الفرنسية (الطبعات الفرنسية، الكندية، البلجيكية والسويسرية) وفي الاسبانية (الطبعات الاميركية اللاتينية والاسبانية) وفي البرتغالية والاسوجية والنروجية والدانمركية والفنلندية والالمانية (الطبعتين الالمانية والسويسرية) وفي الايطالية والهولندية (الطبعتين الهولندية والبلجيكية) والصينية والكورية والهندية، الى العربية.

حقوق النشر محفوظة لـ"المختار من ريدرز دايجست" بموجب اتفاق خاص مع شركة "ريدرز دايجست" في نيويورك، الولايات المتحدة. يحظر النقل من "المختار" او الترجمة او الاقتباس منها في اي شكل كان جزئياً او كلياً، في العربية او في اي لغة اخرى. وهذه الحقوق محفوظة بالنسبة الى كل الدول العربية والافريقية. وقد اتخذت كل اجراءات التسجيل والحماية في العالم العربي والخارج بموجب الاتفاقات الدولية المعقودة لحماية الحقوق الفنية والادبية.

ثمن العدد

لبنان ٤٠ل - سورية ١٠ل - الأردن ٧٠٠ف - الكويت ٧٠٠ف - الامارات العربية المتحدة ٩د - قطر ٨ر - البحرين ٨٠٠ف - السعودية ١٠ر - مصر ١ج - السودان ١ج - ليبيا ٥٠٠د - ج.ع. اليمنية ٥ر - مسقط ٨٠٠ب - العراق ٨٠٠ف - قبرص ٧٥ب - تونس ٦٠٠م - المغرب ٥د - الجزائر ٧د - فرنسا ١٠ف - انكلترا ١ج - اليونان ١٣٠د - كندا واميركا الشمالية ٥،٢د

آيدز: قصة وباء يهدد الانسانية

هل نحن أمام سرطان جديد؟

يوم ظهرت الاصابات الاولى بآيدز في أوروبا والولايات المتحدة، مطلع الستينات، لم يعرها العالم أي اهتمام نظراً الى انحصارها في الشاذين جنسياً. الا أن السرعة التي انتشر بها هذا الداء اعادت الى الاذهان وباء الطاعون الذي اجتاح اوروبا في القرن الرابع عشر وقضى على ربع سكانها.

والتقرير الذي تنشره هذا الشهر طبعات الـ«ريدرز دايجست» الـ٣٩ وبينها «المختار» (ص ١٣) في ١٥ لغة، في آن واحد في العالم، يبيّن مدى الخطر الذي يشكله فيروس هذا الداء على الانسانية.

وللتقرير قصة.

الصيف الماضي تسنى لاثنين من المحررين الرئيسيين في الـ«ريدرز دايجست» الاطلاع على تفاصيل عن آيدز اعتبرت محفزة لاعداد تقرير ونشره على نطاق واسع، بعدما بلغ انتشار الداء في افريقيا وخارجها حداً مقلقاً.

اورسولا نقاش، وهي محررة رئيسية في المكتب الاوروبي للـ«ريدرز دايجست»، حضرت مؤتمراً دولياً عن آيدز الصيف الماضي في باريس والتقت باحثين هلعين مما يحدثه هذا الوباء في افريقيا.

جون بيكانن، المحرر المتجول، سمع باحثاً في الامراض المعدية يقول عن آيدز - عرضاً - ان انتشار فيروس هذا الداء في افريقيا الوسطى بلغ حداً من شأنه تهديد سكان هذه البقعة من العالم بالفناء!

وما ان عرض بيكانن ونقاش ما تجمع لديهما من معلومات عن آيدز على المسؤولين عن التحرير حتى نالا موافقتهم على استكشاف امكانات اعداد تقرير جدير باهتمام العالم. وهكذا كان.

أجرى بيكانن اتصالات بباحثين في اوروبا وأمريكا، ثم انطلق ونقاش الى افريقيا. محطتهما الاولى كانت برازافيل، الكونغو، حيث حضرا مؤتمراً لمنظمة الصحة العالمية، هو الرئيسي الاول حول آيدز يعقد في افريقيا ويسمح لصحافيين اجانب بحضوره وهم كانوا مندوبين للـ«ريدرز دايجست» ولمحطة اذاعة كندية ولمحطة تلفزة بريطانية مستقلة.

وتكلم الافارقة صراحة عن الداء وانتشاره في القارة متجاوزين التحفظات التي تبديها الدول التي ينتمون اليها. وانطلق بيكانن ونقاش في جولات استقصائية بين الخبراء الذين اشترطوا، للادلاء بمعلومات، عدم ذكر اسمائهم. وتحدث اليهما عدد من الاطباء كاشفين بحقائق مذهلة عن مدى انتشار الداء. وثمة اطباء أسرّوا في جالس خاصة بحقائق ومعلومات تناقض ما قالوه علناً.

ويتذكر بيكانن طبيباً من أوغندا سأله اذا كان يشعر بقلق حيال بلده فأجاب: «انا قلق على العالم.»

ومن برازافيل انتقل بيكانن ونقاش في مركب بخاري الى كنشاسا حيث خشيا الا يسمح لهما بزيارة مستشفى ماماييمو الذي يعالج فيه معظم المصابين بآيدز. وما ان وصلا الى المكان حتى تقدمت اورسولا نقاش من حارس امام المستشفى وسألته ان يأذن لها بالدخول بحجة ان زوجها وابنتها طبيبان - هذا صحيح - واوصياها بزيارة المستشفى. فرحب الحارس بالسيدة نقاش ورفيقها. ونظمت لهما جولة في المستشفى. وتوقفا في جناح الاطفال، وكانت ترافقهما ممرضة أشارت الى سرير صغير خال وقالت بهدوء: «كانت فيه ضحية صغيرة لآيدز، وهي طفلة نقلتها والدتها هذا الصباح الى المنزل لتموت فيه.»

وفي دار السلام، تانزانيا، تناولا العشاء مع طبيب مشهور اعرب عن قلقه حيال مصيره ومصير عائلته. وهذا القلق عكسته أحاديث أجريت مع عدد كبير من الافارقة.

وغامر باحثون اجانب في الادلاء بمعلومات عن آيدز على رغم خوفهم من الطرد. وعلق بيكانن على ذلك: «أكبرت الشجاعة في هؤلاء الذين عرّضوا اعمالهم للخطر من اجل الحقيقة. لقد كان لديهم اعتقاد راسخ بأن العالم يجب ان يعرف ما يجري.» وأبدى ارتياحه الى الثقة التي اولاها هؤلاء لـ«ريدرز دايجست» من اجل نشر هذه الحقيقة.

وخلال جولتهما الافريقية التي استغرقت ثلاثة اسابيع تسنى لبيكانن ونقاش التحدث الى مجموعات كبيرة من الافارقة من مختلف الطبقات والاوساط، وجمعا معلومات متفرقة، فضلا عن روايات وبحوث. وعكفا على مراجعتها وصوغها في تقرير استغرق اعداده اشهراً، كذلك مراجعته والتدقيق في كل كلمة ورقم فيه، حتى جاء راسماً صورة مرعبة لاستشراء الداء في افريقيا الوسطى خصوصاً، ولما يمكن ان يشكله استمرار انتشاره من خطر على الانسانية جمعاء، غرباً وشرقاً على حد سواء.

ان خطر آيدز، من حيث هو فيروس معد، يجب ان يحرك حكومات العالم أجمع، كما حركها من قبل السل والجدري والطاعون والملاريا والسرطان وما اليها، فتبادر الى تنظيم تبادل المعلومات حوله ودرس أنجع الوسائل للحد من انتشاره. والخطوات التي اتخذتها دول مجلس التعاون الخليجي في هذا الشأن، بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية (الصفحة ١٢٦) لهي مثال يحتذى في المنطقة.

ادمون صعب

INSTANT
سريع الذوبان
NIDO
Nestlé
نيدو
نستله
Lait entier en poudre
enrichi de vitamines A et D
Full cream powdered milk
enriched with vitamins A and D
حليب مجفف كامل الدسم
أضيف إليه فيتامين «أ» و«د»
أمّنوا لأولادكم نموًّا متكاملا
نيدو السريع الذوبان هو حليب بقري كامل الدسم مجفف ذو جودة فائقة أنتزع منه الماء فقط. فحين يُمزج بماء الشرب الصافي يُصبح فورًا حليبًا طازجا. مغذ ولذيذ.
نيدو مغذٍ يحتوي على كافة العناصر الغذائيّة الهامّة كالكلسيوم والبروتين والفيتامينات التي لا غنى عنها للأولاد طوال فترة نموّهم.
نيدو طعمه لذيذ. يُحضّر بسرعة. ويحبّه أولادكم باردًا أو ساخنًا في الصباح والمساء وفي أي وقتٍ من النهار.
نيدو السريع الذوبان
كوب من الحليب في أي وقت.
تضمنه نستله
Nestlé

سمامات الصيف

كان وصولها مفاجأة مذهلة. فجأة ظهرت بأعداد وفيرة ذلك المساء من مايو (ايار) فوق المدينة، واخذت تفتح أجنحتها وتندفع بسرعة بالغة، ومن ثم يختلط بعضها في بعض كأنها طائرات نفاثة في معركة جوية. وما ان تقترب من سطوح المنازل حتى تشق طريقها مجدداً في زرقة الفضاء.

لقد عادت السمامات! ففي مايو (أيار) من كل سنة، ينبىء زعيقها بقدوم فصل الصيف.

انها السمامات (★) التي تتسابق حول مدننا وقرانا وتشكل سكان الفضاء فوق ثلث الكرة الأرضية. والخطّاف واحد من ٨٥ نوعاً من السمامات المنتشرة في العالم، وهي تهاجر من منزلها الشتوي في افريقيا الى انحاء اوروبا، وشرقاً الى روسيا وأجزاء من الصين وتتوغل شمالا حتى تصل الى لابلاند.

ففي كل ربيع تنطلق هذه الطيور الجوّالة من جنوب افريقيا وزائير، وهما البلدان اللذان تعيش فيهما شتاء. واثناء سفرها عبر افريقيا الوسطى، تقطع الصحراء الكبرى ومن ثم المغرب وصولا الى اسبانيا. وحتى تصل الى بريطانيا مثلا في اوائل مايو (ايار) تقطع خلال اسبوعين ما معدله ٥٠٥ كيلومترات يومياً.

والمسافات التي تقطعها السمامة في حياتها مذهلة. احداها في الثامنة عشرة من عمرها وموسومة بحلقة، قطعت ما يقدّر بأكثر من ٦ ملايين كيلومتر، اي ما يوازي ثماني رحلات الى القمر ذهاباً واياباً.

وهذا الطائر هو سيد الفضاء بلا منازع، ويعتمد في مأكله ومشربه على جناحيه (يغطهما في مياه الأنهار والجداول ليشرب)، ويقضي غالباً عشرة اشهر من السنة محلّقا، ويحط للتوالد فقط، وفي استطاعته الطيران بسرعة ٩٥ كيلومتراً في الساعة بجناحين يفتحان ٤٠ سنتيمتراً، وهو طول غير مألوف ولا ينسجم مع جسم طوله ١٦٥ ميليمتراً.

لدى طيران السمامة فوق سطوحنا بخفّة، يمكن تمييزها عن أنواع مشابهة أخصها السنونو. فجناحا السمامة يشبهان المنجل، وذنبها مشقوق،

(★) السمامة طائر يشبه السنونو.

$ الربح الكبير بانتظارك $
مليون دولار كندي

اشترك باليانصيب الكندي الشهير
- لوتو ٦/٤٩ -

ملايين الناس ربحوا سابقاً! - تجاوزت الارباح حتى اليوم مليار دولار! - الآن يمكنك الاشتراك في اليانصيب الذي يجعل من الكثيرين أصحاب ملايين! يجرى سحبان اسبوعياً على جائزة كبرى حدها الادنى مليون دولار كندي.

اشترك اليوم! هاك الطريقة:

١ - اختر ٦ من ٤٩ رقماً متيسراً على كل من شبكات اللعب ادناه - يمكنك الاشتراك في الشبكات الست اذا شئت. ٢ - اختر مدة اشتراكك (اشارة الى السحوبات الاضافية المجانية الخاصة). ٣ - املأ القسيمة ادناه باسمك وعنوانك ثم ارسلها مرفقة بقيمة الدفع الى العنوان للآتي، وها انت في الطريق الصحيح!!!

Canadian Overseas Marketing
P.O.Box 48120, Suite 1703-595 Burrard St.
Vancouver, B.C., Canada V7X 1S4
Telex 04-507822

"هذان الزوجان أسعد ١٣،٨٩٠،٠٥٨٨،٨٠ دولاراً أكثر لأنهما اشتركا في لوتو ٦/٤٩ - انضم اليهما في دائرة الرابحين - اشترك اليوم!!!"

وعندما تربح!

سوف تتبلغ فوراً نبأ فوزك بعيد ربحك جائزة الف دولار أو أكثر، كما أنك ستتسلم لائحة كاملة بكل الأرقام الرابحة بعد كل عشرة سحوبات لكي تتمكن من التدقيق في الأمر. بعيد اكتمال اشتراكك يرسل اليك كشف نهائي بأرباحك.

كل أموال الجوائز تحول الى العملة التي تختارها انت وترسل اليك حيثما كنت في العالم.

هكذا توزعت الجوائز عندما ربح آل كيلي (الصورة الى اليمين) جائزة لوتو ٦/٤٩ الكبرى!

الجوائز	عدد الجوائز	قيمة الجائزة
الجائزة الاولى ٦ من اصل ٦ ارقام مسجلة	١	١٣،٨٩٠،٠٥٨٨،٨٠ دولاراً
الجائزة الثانية ٥ من اصل ٦ ارقام زائد الرقم الاضافي	١٠	٤٤٣،٤٨١،٦٠ دولاراً
الجائزة الثالثة ٥ من اصل ٦ ارقام	٧١٦	٣،٧٠٤،٧٠ دولاراً
الجائزة الرابعة ٤ من اصل ٦ ارقام	٤٨،٩١٧	١٣٩،٣٠ دولاراً
الجائزة الخامسة ٣ من اصل ٦ ارقام	٩٦٥،١١٢	١٠،٠٠ دولار
مجموع عدد الجوائز ١،٠١٤،٧٥٨	مجموع قيمة الجوائز ٣٧،٤٤٣،٣٢٨،١٠ دولار	

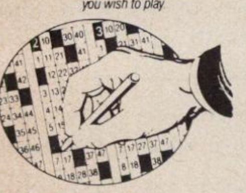
(★) كل الجوائز مسعرة بالدولار الكندي

الجوائز الاولى والثانية والثالثة والرابعة تحتسب كنسبة مئوية من مجموع أموال الجوائز. وبما أن هذا المجموع يتقلب من سحب الى آخر فان حجم الجوائز سوف يختلف عما هو في اللائحة اعلاه.

اشترك اليوم!

LOTTO 6/49 SUBSCRIPTION ORDER FORM

ORDER TODAY!
Mark six numbers on each game board you wish to play.



PICK YOUR PLAN — *Check only one box below next to the option of your choice. ALL PRICES IN U.S. FUNDS.*

FREE BONUS ►		INCLUDES 2 DRAWS FREE	INCLUDES 4 DRAWS FREE
	10 Weeks (20 Draws)	26 Weeks (52 Draws)	52 Weeks (104 Draws)
1 Game	☐ $ 45.	☐ $112.	☐ $ 225.
2 Games	☐ $ 90.	☐ $225.	☐ $ 450.
3 Games	☐ $135.	☐ $337.	☐ $ 675.
4 Games	☐ $180.	☐ $450.	☐ $ 900.
5 Games	☐ $225.	☐ $562.	☐ $1125.
6 Games	☐ $270.	☐ $675.	☐ $1350.

VALID ONLY WHERE LEGAL **WC 06**

CANADIAN OVERSEAS MARKETING ORDER FORM
EACH BOARD = 1 GAME MARK 6 NUMBERS ON EACH BOARD YOU WISH TO PLAY

1	10	20	30	40	2	10	20	30	40	3	10	20	30	40	4	10	20	30	40	5	10	20	30	40	6	10	20	30	40
1	11	21	31	41	1	11	21	31	41	1	11	21	31	41	1	11	21	31	41	1	11	21	31	41	1	11	21	31	41
2	12	22	32	42	2	12	22	32	42	2	12	22	32	42	2	12	22	32	42	2	12	22	32	42	2	12	22	32	42
3	13	23	33	43	3	13	23	33	43	3	13	23	33	43	3	13	23	33	43	3	13	23	33	43	3	13	23	33	43
4	14	24	34	44	4	14	24	34	44	4	14	24	34	44	4	14	24	34	44	4	14	24	34	44	4	14	24	34	44
5	15	25	35	45	5	15	25	35	45	5	15	25	35	45	5	15	25	35	45	5	15	25	35	45	5	15	25	35	45
6	16	26	36	46	6	16	26	36	46	6	16	26	36	46	6	16	26	36	46	6	16	26	36	46	6	16	26	36	46
7	17	27	37	47	7	17	27	37	47	7	17	27	37	47	7	17	27	37	47	7	17	27	37	47	7	17	27	37	47
8	18	28	38	48	8	18	28	38	48	8	18	28	38	48	8	18	28	38	48	8	18	28	38	48	8	18	28	38	48
9	19	29	39	49	9	19	29	39	49	9	19	29	39	49	9	19	29	39	49	9	19	29	39	49	9	19	29	39	49

Make Cheque or Bank Draft (in U.S. Funds) payable to **Canadian Overseas Marketing** and Mail to: P.O. Box 48120, Suite 1703-595 Burrard St. Vancouver, B.C., Canada V7X 1S4

Name ____________ Telephone and Area Code ____________

Address/P.O. Box ____________

City ________ Country ________ Zip Code ________

☐ Cheque ☐ Bank Draft ☐ ☐ ☐ Expiry Date ________

Credit Card Number ____________ Signature ____________

وزعيقها مروّع، في حين تتميز السنونو الريفية بذنب طويل ولها صوت مغرّد. والسمامة لونها بني غامق ما عدا بقعة صغيرة على عنقها لونها قشدي.

والحقيقة ان طائر السمامة ليس مرتبطاً بالسنونو والمارتن اللذين يعتبران من الطيور التي تحط في غالب الاحيان، بل هو ينتسب الى الطيور التي "لا قوائم لها،" وفي استطاعته التشبث بالحيطان والابراج التي يعشش فيها بواسطة اصابع صغيرة، وقائمتاه قصيرتان جداً الى درجة انه يصعب عليه التحليق اذا ما سقط ارضاً.

وبغية اشباع معدته، يسرف هذا الطائر في اكل الحشرات، ويستخدم منقاره لالتقاط النحل والذباب والعناكب فيتناولها ببراعة ويحلق بها عالياً. قائد أحدى الطائرات التجارية كان يحلق فوق ويمبلدن في ساري رأى سمامتين تحملان في فيهما حشرات على علو ٨٠٠ متر.

وتتمتع السمامة بنظر ممتاز يؤهلها لالتقاط حشرات طائرة صغيرة جدا بطول يقل عن مليمتر واحد. وفي استطاعتها التمييز بين الحشرات اللاسعة وغير اللاسعة. أحد مربي النحل أردى ثماني سمامات كانت تقتات من قفرانه، بعدما تعرّفت الى النحل الذي لا يلسع.

ان طيران السمامة الجنوني وزعيقها المميز منحاها سمعة سيئة. واطلق عليها اجدادنا اسم "الطائر الشرير" لاعتقادهم بوجود علاقة بينها وبين الشيطان.

لفتة ملكية – لقد كان التحضّر نعمة بالنسبة الى السمامة. ولاحظ الدكتور كريستوفر بيرينس مدير "معهد ادوارد غراي" المختص بعلم الطيور في اوكسفورد انه "بحلول القرن الثامن عشر، وفّرت الثورة الصناعية مزيداً من الاعشاش في البنايات لطيور السمامة." اما عالم الطبيعة جيلبير وايت من سلبورن فشاهد في العام ١٧٧٤ سمامات تتسابق حول برج لندن.

واليوم، تحوّلت أعشاش السمامة علباً تثبت عادة تحت إفريز المنازل. وفي ترينغ بمنطقة هيرتفوردشاير في بريطانيا عمد مهندسو سوق تجارية جديدة الى تصميم فتحات خاصة لاعشاش طيور السمامة. ويقول كيفين بايكر من "المؤسسة البريطانية لعلم الطيور": "في الصيف الذي اعقب انشاء الفتحات، جاءت طيور السمامة واقامت فيها."

الى ذلك، نعمت طيور السمامة برعاية ملكية، اذ تأثر دوق ادنبره بالسمامات في اعشاشها العلبية لدى أحد اصدقائه في بيرويكشاير فأمر بأن توضع بضع علب مماثلة في قصر وندسور.

صيف ١٩٨٤، وبغية معرفة المزيد عن السمامات، راقبت عشرات منها عن كثب لدى عودتها في مايو (أيار) للتوالد في قصر مهجور قرب منزلي في منطقة آرشاير.

كان طيرانها رائعاً، راقبت اثنتين منها وهما تمتطيان الريح على علو ٣٠ متراً: فجأة اندفع الطائران نزولا الواحد خلف الآخر كأنهما مربوطان معاً بخيط خفي. ومن على علو ستة أمتار عن الأرض، اندفع الطائر الامامي في الفضاء مرة أخرى وخلفه رفيقه. ومن علو ٣٠ متراً

سمعت خبط اجنحتهما. وفي غضون ثوان، تحول الطائران ما يشبه نقطتين صغيرتين في الفضاء.

وطيور السمامة تتزاوج حتى في الفضاء، وهي ميزة لا يتسم بها غيرها من الطيور. فقد لاحظ احد مراقبي الطيور، ويدعى أندرو باترسون، زوجاً من السمامة يطيران جنباً الى جنب على علو قرابة ٩٠ متراً. وبمهارة فائقة علا الذكر الانثى و نزل على ظهرها برفق. ودامت العملية بضع ثوان.

وعندما يبدأ موسم بناء الاعشاش، تختار السمامة المنازل المناسبة فتتجمع باعداد تراوح بين زوجين و٦٠ زوجاً أو أكثر. مؤلف كتاب "السمامة في أحد الابراج" البريطاني دايفيد لاك راقب صراعاً بين عدد من السمامات في برج متحف جامعة اوكسفورد دام خمس ساعات وثلاثة أرباع الساعة.

وفي مايو (أيار) ١٩٨٤، راقبت لأيام عدة زوجي سمام حديثي العهد يعاودان "فرش" عش كان قائماً السنة السابقة لقضاء شهر العسل فيه. كان العش شقاً في حجر بعرض عدة سنتيمترات، فراحا يجمعان جذور حشائش وريش طيور، ويضعانها في الشق ويلصقانها بواسطة ريقهما حتى باتت متماسكة قوية. وفي جنوب آسيا نوع شرقي من السمامات الصغيرة يبني اعشاشه بطريقة مماثلة.

وبين آخر مايو (أيار) واواسط يونيو (حزيران) تضع السمامة الام بيضتين أو ثلاث بيضات بيضاء بحجم الكلّة، ويستقر الزوجان في المكان لتقاسم "الواجبات المنزلية." وبحلول اواسط يونيو (حزيران) ووسط سكون يخيم على اطلال قصري، تحضن الامات بيضها في حين يطير ازواجها عالياً مع رياح الصيف.

لا تنام – بعد ايام قليلة، ومع حلول الغسق، حلق اثنا عشر سماماً عالياً حتى غابت عن الانظار. وعلى رغم انتظاري لم أرها تعود فحرت في امرها، ولجأت الى الدكتور كريس بيرينس مدير معهد غراي المعني بعلم الطيور في اوكسفورد فأوضح لي الامر كالآتي: "ما شاهدته كان مجموعة من السمام غير معنية بالتزاوج تحلّق الى علو ٩٠٠ متر او ١٠٠٠ متر لتمضي الليل في الجو، وهي الوحيدة من نوعها بين الطيور البرية التي تستطيع فعل ذلك. وفي امكان صغار السمام تمضية السنتين الاولين من عمرها في الجو. وحسب علمنا، تنام تلك الطيور اثناء طيرانها نوماً خفيفاً قصيراً، أو هي قد لا تنام ابداً كما نفهم نحن كلمة نوم." وفي جنوب بريطانيا، تظهر هذه الجماعات بأعداد كبيرة وتغطي احياناً شاشات الرادار.

اما في الاعشاش، فيدوم احتضان البيض ١٩ يوما. بعدئذ تظهر صغار السمام، وهي بحجم كشتبان ذات جلد زهري اللون خال من الشعر والجمال، شرهة الى درجة ان وزن الواحد منها يزيد في غضون شهر عشرين ضعفاً ليبلغ ٥٦ غراماً. وفي فصول الصيف الفقيرة بالحشرات تصارع السمامات الصغيرة من اجل البقاء بالعيش في شبه غيبوبة تمكنها من أن تحفظ الطاقة لديها. لكن بعضها يعاني مرارة الجوع حتى النفوق.

ونجت السمامات الصغيرة المعششة في خرائب قصري لانها قبعت بلا حراك الى جانب حفرة في احد الجدران.

ومن عمر اسبوعين يبدأ ريش اسود في الظهور على جلد الصغار، كما أن صرخاتها الناجمة عن الجوع تبدو كأنها ألحان صادرة عن مزامير صغيرة. وبحلول منتصف يوليو (تموز) اي بعد شهر من فقس البيض، بت قادراً على سماع حركة الفراخ في أحد الاعشاش وهي تمرّن اجنحتها على الطيران.

موسم الهجرة – كانت ثمة مفاجأة في انتظاري بعد ايام قليلة. ففي أسفل جدار القصر وجدت سمامة صغيرة سليمة سقطت من فتحة عش يعلو تسعة امتار. ولاحظت ان جلدها اكتسى ريشاً وأصبح منظرها جميلا. وعندما التقطتها بقصد اعادتها الى فتحة العش تشبثت باصابعي بقوة غريبة. ولدى تفحصي قائمتيها اللتين لا يزيد طول الواحدة منهما على ١٥ ميليمترا عرفت السبب، اذ في كل أصبع من اصابع القائمة الاربع مخلب منحنٍ يمنح السمامة قوة للتشبث.

وبحلول يوليو (تموز) كانت صغار السمام التي تمكن معرفتها من حلقها الأبيض تستكشف القصر المهدّم، وكان حظها في العيش كبيراً. وللسمامات اعداء قليلون على رغم ان فئات البوم والباز تأكل طيوراً ضعيفة، والفئران تغزو الاعشاش. وقد أظهرت دراسات في اوكسفورد ان سمامتين من كل ثلاث سمامات تعيشان حتى السنة الثانية من عمرهما، وأن عدداً منها يعمر حتى السنة الخامسة أو السادسة. ويقال ان سمامة سويسرية عاشت ٢١ عاماً.

وأسوأ عدو للسمامة هو الطقس الرطب صيفاً. وبغية تجنب العواصف او درجات الحرارة المتدنية التي قد تقضي عليها، تهاجر السمامات باعداد تراوح بين ٥٠٠٠ و٦٠٠٠ الى اماكن آمنة.

غير ان المناخ في ذاك الصيف لم يشكّل خطراً على السمام. كان وهج الشمس يخف يوماً بعد يوم. ومنذ طيرانها الاول، بدأت السمامات الصغيرة، بدافع من غريزتها، رحلة طويلة الى افريقيا، سابقة كبارها باسبوع.

وقبل هجرة السمامات الكبيرة الى افريقيا، قصدت خرائب قصري عند الغروب فرأيت الشمس مثل كرة برتقالية ولمحت في الاعالي جماعة من السمام. وفجأة انفصلت ثمان منها وهبطت الى علو ٣٠ متراً متجهة نحوي. فتراجعت الى الحائط لكنني شعرت بطيرانها على بعد نصف متر مني. ضربت الهواء باجنحتها كالسيوف، وصمّ زعيقها أذني. بقيت على حالي خمس دقائق وهي تطير أمامي كأنها كائنات مسعورة هابطة من الفضاء.

لم تكن تلك المرة الاولى اعجز فيها عن الكلام لدى مشاهدتي جماعات من السمام وهي تطير أمامي.

جيري كامبريدج

ما دامت ليست هناك حياة تافهة، فلن يكون هناك عمل تافه

ايلينا أندريه ساخاروف

تأملات معاصرة

البحث والمصادفة

ألق نظرة حولك حيث تجلس واعثر على خمسة اشياء بداخلها اللون الازرق. هيا افعل ذلك.

اذا ما ركزت ذهنك على الازرق فستجده يسعى اليك متواثباً: كتاب ازرق على الطاولة، وسادة زرقاء على الاريكة، لون ازرق في طلاء الجدار، وسواها. وعلى نحو مماثل، اذا تعلمت كلمة جديدة فقد تسمعها ست مرات في اليومين التاليين. كذلك، لعلك لاحظت انك غداة شرائك سيارة جديدة تجد طرازها في كل مكان.

ومرد ذلك الى ان الناس يصادفون ما يبحثون عنه. فان كنت تسعى الى المؤامرات فستعثر عليها. وان كنت تنقب عن امثلة حول صنائع الانسان فستجدها هي ايضا. انها مسألة توجيه قناة التفكير.

ر.ف.

مدرسة الحياة

هل تلقيت دروساً فقط من أولئك المعجبين بك والذين عاملوك بدماثة وتسامح ووقفوا الى جانبك؟ الم تتعلم دروساً قيمة من الذين جادلوك أو نبذوك او تألبوا عليك أو عاملوك بازدراء؟

والت ويتمن، شاعر امريكي

السمعة

إن سمعة المرء ملك له، بل هي أكثر من ذلك: انها ملاكه الحارس الذي يوفّر له السلامة والأمان، ومنقذة حياته في خضم العداوة، ومظلته عندما يهبط من ذروة الحظ، وخشبة خلاصه وسط الرمال المتحركة للنكبات الشخصية.

مايكل موسمانو، قاض أمريكي

استكشاف الادغال

سئل المستكشف البريطاني السر هنري مورتن ستانلي هل أرعبته الادغال التي روّعت المستكشفين السابقين. فأجاب: "لم أرَ الأدغال بمجملها. لم أرَ سوى هذه الصخرة أمامي وتلك الأفعى السامة التي لا بدّ لي من قتلها لمتابعة تقدمي. لم أرَ سوى المشكلة المنتصبة مباشرة أمامي. فلو رأيت الأدغال بمجملها لأصابني ذعر حال حتماً دون اقتحامي اياها."

ج.ل.

الجمال لا يشتري السعادة

الناس كلهم رائعو المنظر. تستهويني رؤية ابتساماتهم المفعمة بالحيوية وعيونهم التي تنم عن عميق مشاعرهم. كل امرىء يثير اهتمامي، أكان قصير القامة أم مديدها، بديناً أم ناحلا، أصلع أم مشعث الشعر. فأكثرية الناس جديرة بالمحبة. وخاطئة هي الخرافة التي تدعي أن ذوي الجمال وحدهم يتزوّجون. أنظر حولك الى أصدقائك المتزوجين منذ مدة طويلة. أهم رائعو الجمال؟ أيتمتع الناس الرائعو الجمال دائماً بحياة أسعد من حياة الآخرين؟

كل شخص جميل يقابله ملايين لا يتحلّون بالجمال. ومعظمنا فالح في حياته، والحمد لله.

أ.ل.

الحب والزواج

حين يتضاءل المفهوم المضخّم لـ"الحب الرومنسي" في المجتمع العصري، تتضاءل نسبة الطلاق. وقد كتب الأديب الألماني غوته قبل زمن بعيد: "الحب امر مثالي، أما الزواج فأمر واقعي. وخلط الوقائع بالمثاليات لا بد من أن تكون عواقبه وخيمة."

سيدني هاريس

الاتصال

لطالما لفتني أنه عندما يترك لك أحدهم رسالة راجياً اياك أن تتصل به لأمر مهم فور عودتك، تكون المسألة مهمة بالنسبة إليه أكثر مما هي مهمة بالنسبة اليك.

و. سومرست موم، أديب بريطاني

الثغرة بين الاجيال

لا يقيس الشاب إلّا في اتجاه واحد: الى الأمام، من الحال الراهنة للاشياء الى مفهومه المثالي لما يجب أن تكون. لا يسعه أن يقيس خلفياً، بالأشياء كما كانت، لأنه لم يعش طويلا بعد. ولا يسعه أن يقيس جانبياً، بأحوال المجتمعات الاخرى على الارض، لان الفرصة لم تتح له بعد كي يعرف هذه المجتمعات. على كبار السن أن يضيفوا هذين النوعين من القياس. وذلك هو السبب الجوهري لوجود ثغرة بين الاجيال ولاستمرار هذه الثغرة الى ما شاء الله.

أ.س.

المماطلة

عبارة "مماطل!" هي كرة الوحل التي نقذفها في وجه الذين يؤجلون ما نريدهم أن يفعلوه عندما نريدهم أن يفعلوه.

لربما حان الوقت لتقديم معنى ملائم للمماطلة. فكم من الأعمال يجدر أن تظل غير منجزة؟ الموظف المثابر، مثلا، الذي لا يماطل أبداً بل يجهد نفسه بدرس المذكّرات وملء الاستثمارات، قد يتحوّل تهديداً وإن صغيراً للعالم ولنفسه.

التأخير، ذلك الضوء الوامض الأصفر، هو ما يقودنا الى مفترقات الحياة اليومية، الحقيقية والمجازية.

وهكذا ان اخترت "ألّا تواجه سوى الوقائع الاساسية في الحياة،" فلترافقك السلامة، ولا تأبه لما يحلّ بجيرانك، حتى الغد على الاقل.

م.م.

صَبَاحَ الخَيْرْ!

نسكافه

كوبٌ من نسكافه مع الحليب ، في الصباح
وفي أيِّ وقت ، يجعل نهارك أكثر بهجة وإشراقاً.
نسكافه ، خُلاصة القهوة اللذيذة ، تملأك حيويّة ونشاطاً.
نسْكافه ، قهوة ١٠٠ بالمئة صافية ، سريعة التحضير.

نسكافه قهوة الشباب العصريّ الناجح.

PI 2959

مقالات مقتبسة توفر لكم متعة دائمة

تقرير خاص

ما خشي الخبراء حدوثه قد حصل، وأصاب داء "آيدز" القاتل ملايين الرجال والنساء من غير اللوطيين أو مدمني المخدرات في افريقيا. وتنفرد "المختار" في العالم العربي بنشر هذا التقرير الخاص عن البلاء الافريقي وما يعني بالنسبة الى العالم

الطاعون الأسود

بقلم جون بيكانن
مراجعة أورسولا نقاش

الطبيب رجل ناحل يرتدي بذلة رسميّة سوداء وقميصاً أبيض. عندما يتكلّم في موضوع "آيدز"(١) يظهر الالم والحزن في عينيه السوداوين. ففي المستشفى حيث يعمل، ثلث المرضى في جناح الطبّ الداخلي مصابون بهذا الداء. وهو صرح انه لكثرة ما شاهد من نزع وموت بات يفكّر في التحوّل الى اختصاص آخر. وفي زاوية هادئة في احدى عواصم افريقيا الوسطى جلس الطبيب يتحدث الينا بصوت خافت يكاد لا يسمع أحياناً.

وعندما أطلق انذاراً حول خطورة انتشار آيدز في افريقيا كاد أن يفقد وظيفته. ومذذاك امتنع عن التحدث الى

(١) Acquired immune deficiency syndrome «AIDS» أي علّة نقص المناعة المكتسبة.

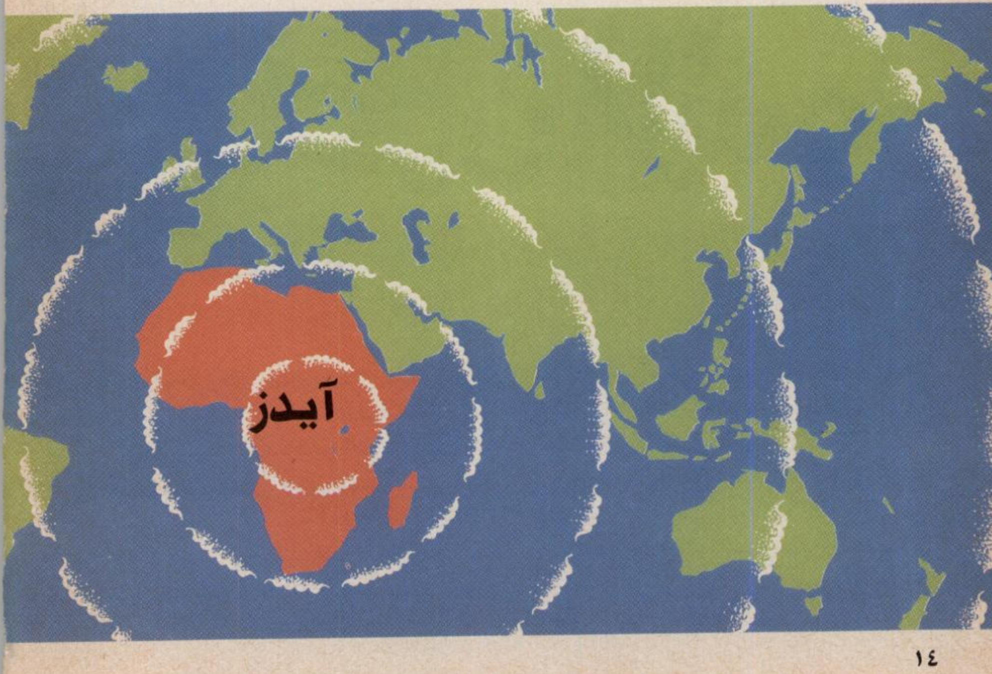
الصحافة. أما الآن فهو مستعد للخروج عن صمته شرط عدم إفشاء هويته. وهو يرى وزملاء له في انتشار هذا الداء كارثة محدقة من شأنها جعل "المجاعة في اثيوبيا تبدو نزهة" حسب احدهم.

ويدرك هذا الطبيب سبب تجاهل الحكومات الافريقية وجود آيدز: فمن رغبة طبيعية في تحاشي الاخبار السيئة، الى شعور بالمرارة ازاء التقارير القائلة بأن افريقيا هي منشأ الفيروس.

إحدى نتائج هذا الوضع أن العدد الرسمي لضحايا آيدز في افريقيا منذ فبراير (شباط) ١٩٨٧ لم يتجاوز ٣٦٣٧.

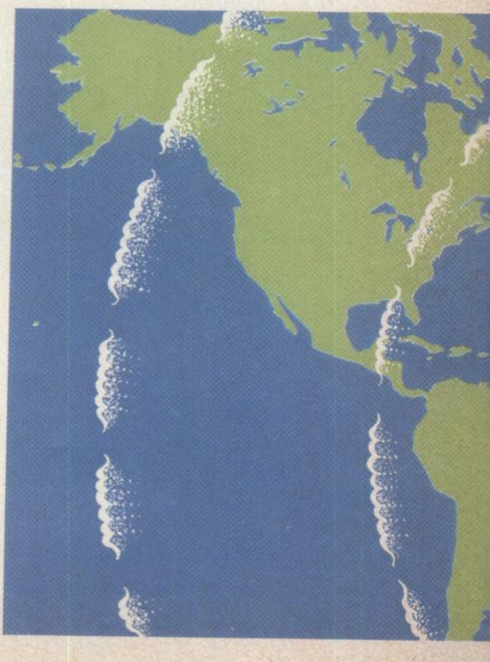
والواقع ان هناك وباء واسع الانتشار وفتاكاً جداً الى درجة ان الخبراء يشبهونه بـ"البلاء الاسود" الذي قضى على ربع سكان اوروبا في القرن الرابع عشر. ويرى فيه البعض نذير شؤم بويلات ستطاول العالم بأسره. ففي الولايات المتحدة واوروبا لوحظ ان آيدز اقتصر في شكل رئيسي على اللوطيين ومتعاطي المخدرات بخلاف افريقيا حيث معظم الضحايا من غير اللوطيين ومدمني المخدرات. ولا يستبعد الدكتور روبرت ردفيلد من مؤسسة الابحاث التابعة لمستشفى ولتر ريد العسكري في واشنطن "أن تشهد الولايات المتحدة واوروبا حالات مماثلة بعد خمس سنوات،" في ضوء الطرق التي ينتقل بها آيدز.

داء آيدز منتشر بكثرة الآن في



المنـاطق الواقعـة جنـوب الصحـراء الافريقية. وابلغ عن اصابات في ١٨ دولة افريقية. ويبدو انه متكاثر خصوصاً في تانزانيا والكونغو واوغندا وشاطىء العاج وكينيـا وزامبيا وجمهـورية افـريقيا الوسطى. وبين الدول التي تعاني اصابات بآيدز لكنها لم تُبلغ عنها، هناك زائير وراوندا وبوروندي.

وفيروس آيدز المسمى هيف «HIV» (٢) اختصاراً لفيروس نقص المناعة البشرية، يحفز الجسم على توليد أجسام مضادّة خاصة يمكن اكتشافها في دم المصاب الذي يُصنف عندها "هيف - ايجابي" (٣) اي انه مرشح لنقل الفيروس المضاد للمناعة الى سواه.



ويظهر عدد من الدراسات مدى السوء الذي بلغته افريقيا في هذا الشأن.

□ في مدينة كنشاسا في زائير، البالغ عدد سكانها أربعة ملايين، تبيّن نتيجة تحليل عشرات الوف عينات الدم ان بين ٦ و٧ في المئة منها تعتبر في حال هيف - ايجابي اي انها تحوي فيروس HIV.

□ اجريت دراسة شاملة في لوساكا عاصمة زامبيا، فتبيّن ان ١٨ في المئة من دم المتبرعين هو في حال هيف - ايجابي.

□ في نيروبي، عاصمة كينيا، اظهرت فحوص دم بين مومسات الشوارع ان ٦٧ في المئة منها في حال هيف - ايجابي.

□ لا أحد يعرف عدد الذين يحملون فيروس آيدز. لكن الباحثين الغربيين يقدّرونه بتحفظ بما لا يقل عن ١٠ في المئة من مجموع السكان المقيمين في المدن في جمهورية افريقيا الوسطى. ويقول الدكتور بيتر بيو عالم البيولوجيا المجهرية في معهد الطب الاستوائي في انفير في بلجيكا والذي ساهم في العام ١٩٨٣ في اكتشاف أول تأكيد لوجود آيدز في افريقيا: "في تقديري ان المصابين بهذا الداء يبلغون بضعة ملايين."

الانتشار السريع

المخيف في هذا الداء سرعة انتشاره. ففي دراسة تناولت وضع المومسات في نيروبي بكينيا عام ١٩٨٠، تبيّن أن ٤ في المئة منهن يصنف دمهن انه في حال هيف - ايجابي، وما لبثت هذه النسبة ان

(٢) Human immunodefiency virus

(٣) HIV — positive

ارتفعت في ١٩٨٥ الى ٥٩ في المئة. وفي العام ١٩٨٠ لم تكن هناك اي اصابة بالداء بين المرضى الذكور في أحد مستوصفات الامراض السارية في نيروبي، ولكن بعد خمس سنوات ظهرت فيه اصابات قدرت بـ١٨ في المئة من مرضاه.

ان عدداً قليلا جداً من المصنف دمهم في حال هيف - ايجابي قد ينجون، وبين ١٠ و٣٠ في المئة منهم يصابون بآيدز خلال خمس سنوات. غير ان دراسة حديثة اجريت في المانيا الغربية اشارت الى ان ٧٥ في المئة من حاملي الفيروس سيصبحون ضحاياه خلال خمس عشرة سنة. وهناك ما يحمل بعض الخبراء على الاعتقاد ان نسبة المصابين بآيدز بين "حملة الفيروس الاصحاء" والذين يحتمل ظهور اعراض آيدز لديهم، سترتفع في النهاية الى ما يقرب من تسعين في المئة.

وربما زاد من تعقيد الأزمة كون الافارقة حملة فيروس «HIV» يعيشون في ظروف يصفها الباحثون بـ"عوامل مساعدة." وليس معروفاً بعد مدى تأثير هذه العوامل على جهاز المناعة في الجسم، الا انه يُشتبه بان سوء التغذية والامراض المعدية، كالسل والملاريا، تمثل دوراً في هذا المجال. ويبدو ان الحمل تمكن اضافته الى "العوامل المساعدة". فالحمل عموماً يحدث تغييرات في جهاز المناعة لدى المرأة. وإذا ما اقترنت نسبة الولادات المرتفعة في افريقيا بالنسبة المرتفعة للنساء المصنّفات هيف - ايجابي، يصبح من السهل التنبؤ بالكارثة المحدقة بالامهات الافريقيات الشابات وبعائلاتهن كذلك.

بدأ آيدز يفتك باعداد كبيرة من الافارقة منذ منتصف السبعينات. وكان ظهوره الاول حول بحيرة فيكتوريا التي تقع اوغندا وتانزانيا وكينيا على ضفافها.

في تانزانيا واوغندا، لم يقتصر انتشار الداء على المدن بل تعدّاها الى المناطق الريفية. ففي المنطقة الجنوبية الغربية من اوغندا مثلا، اصاب الوباء عملياً سكان قرى بأكملها. غير ان انتشار آيدز في بلدان افريقية اخرى محصور خصوصاً بين سكان المدن وربما كان السبب وجود اعداد كبيرة من الناس فيها. ويؤكد بعض الزعماء الافارقة ان انهيار القيم التقليدية في المدن ادّى الى حرّية جنسيّة اكبر ادت بدورها الى انتشار آيدز!

المعلمة القصيرة العمر

الراشدون الذين تراوح اعمارهم بين ٢٠ و٣٩ سنة والنشطون جنسياً يشكلون الفئة الاكثر تعرضاً للداء. على ان مستقبل افريقيا كله ليس في منأى عن هذه البليّة. وتعكس ذلك قصة روتها طبيبة عن معلمة عاينتها في زائير:

"وصلت الى مستشفى ماماييمو في كنشاسا، بمساعدة ابنها الشاب، امرأة طويلة القامة مهيبة المنظر في اواخر الثلاثينات من عمرها وبدا عليها الهزال والتعب. وكانت احيانا تجد صعوبة في التنفس.

(التتمة في الصفحة ١١٩)

نظارة السعادة

قلت: "أتعجبك؟"

فأجابتني زوجتي: "عمَّ تتكلم؟"

- عن نظارتي الجديدة.

حدّقت إليّ زوجتي بدهشة وتفوهت كلاماً غريباً: "لم أكن أعلم أنك تضع نظارة."

ورددت ساخراً: "ربما كنت أنت تحتاجين الى نظارة."

فصمتت لحظة ثم قالت: "لكنني أضع نظارة فعلا!"

لم تكن المرأة التي شغفت بحبها من النظرة الاولى تضع نظارة آنذاك. ففي تلك اللحظة التي بقيت منطبعة في ذاكرتي رأيت شعرها بنياً ومحيط خصرها لا يزيد على ٤٦ سنتيمتراً وبشرتها لا يشوبها أي عيب. في تلك اللحظة نظرت إليّ بالفرحة الاولى نفسها وقد اتقد خداها بحمرة الخفر التي عرفتُها قبل سنين كثيرة. تلك الامور كلها بقيت عالقة الى الابد في الذكريات الاولى الثابتة.

فجأة أدركت أن خيوطاً رمادية بدأت تمتزج بشعرها، وأنها تبقي خصرها مخفياً تحت قمصان لا تدسّها أبداً تحت تنورتها.

لكن بين المحبين معاهدة. فنحن نتفق على أن يرى واحدنا الآخر من خلال عدسات الحنان الرقيقة.

وقالت لي زوجتي: "بالنسبة إليّ أنت لا تضع نظارة. فحين أفكّر فيك لا أرى نظارة."

صحيح، فأنا أيضاً حين أفكر فيها لا أراها بنظارة. إني لا أرى آثار الزمن ولا التغيرات الجسدية. فزوجتي ما زالت بالنسبة إليّ تلك الحورية ابنة الرابعة والعشرين التي وقفت أمام صناديق البريد في مكتبنا، وبعد برهة طويلة استدارت وسألتني بكل صدق: "ما هو اسمي؟"

تلك هي الانطباعات الواضحة التي تدوم.

Condensed from Newsday Magazine (November 10, '86),
© 1986 by Newsday, Inc., Long Island, N.Y.

وسألت زوجتي: "ما رأيك؟"
"بماذا؟"
- بأن واحدنا لا يفكر في الآخر بنظارة.
فربتت كتفي مازحة وردت: "لم يعد واحدنا يرى الآخر."

على الأقل أعتقد أن هذا ما قالته. فأحيانا أظن أنها قالت ما قلت أنا إنها قالته. وأحياناً أنسب إليها أقوالا. فان لم تتلفظ بها حقاً، فعلى الاقل كان في وسعها أن تفعل.

هذه أمور تحدث لمن أعمته انفعالات عاطفية وأصمَّته. فالواحد منا ينسب أموراً إلى شريكه ويبذل قصاراه ليدافع عن صورته.

فأنا مثلا أرسل هدايا باسم زوجتي وأعتذر عنها ولا يجرؤ أحد أن يذكرها بسوء في حضوري.

قد ترون في ذلك احتمالا للارتباك والحرج. ولكن ما من مخرج آخر. فالذين يعيشون معاً بوئام يتنازلون عن جانب من أنفسهم، فيمتزجون على نحو يفوق كل تصوّر.

ومن ناحية أخرى، اذا أريت زوجتي شيئاً شعرتُ بأنني أكتشفه من جديد. فلما سافرنا الى باريس معاً بدا لي أنني لم أطأ أرض فرنسا من قبل. فمعها تكتسب الاشياء نكهة مختلفة. كذلك الافلام التي شاهدتها غير مرة، فقد شاهدتها من جديد بصحبتها.

إن أحبَّت شيئاً جربتُه، فأنا أثق برأيها. في بداية زواجنا استاءت من الامر، فكانت تخبّئ الكتب كي لا أقرأها بعدها، متهمة إياي بانتهاك خصوصيتها الفكرية. لكنها بدأت تدريجاً تتقبل تسللي إلى غياهب فكرها.

بعض المساكين يرون الزواج مللا دائماً. هذا ما يحدث عندما ينهي الازواج جملا بدأتها زوجاتهم. لكن النظرات عبر طاولة لا تحتاج الى تفسير.

خلاصة القول اننا نؤلف زواجاً بكل معنى الكلمة، ذاك النوع من الزواج الذي يرى فيه المرء شريكه من خلال نظارة الحب الملونة.

كين غروس

طاقة جدية

انهمك الجدان بزيارات متواصلة من الأحفاد الكثيرين. ودأب الجد على تدبُّر العاب ونزهات تثقيفية لتسليتهم وتمضية الوقت معهم.

وفي أثناء زيارتهم احد المتاحف كان الجميع يتمتعون بمشاهدة عرض عن طرق استعمال الطاقتين الشمسية والنووية والحفاظ عليهما.

وفجأة تنبّه الاولاد الى ان الجد غائب وأخذوا يبحثون عنه. فوجدوه منزوياً في ركن هادىء. فتجمعوا حوله مهللين وسألوه: "ماذا تفعل هنا؟"

فأجاب الجد مازحاً: "إني أحافظ على طاقتي."

م.ب.

أجدادنا سكان العصر الجليدي هم العصريون الاوائل
يعتقد العلماء أنهم مستحدثو
التجارة والفن وروح المشاركة وحياة العقل

فَجْرُ الحَضَارة

في إحدى الامسيات قبل نحو ١٧ ألف سنة، في ما يعرف اليوم بجنوب غرب فرنسا، مشت مجموعة من البنات والصبيان في ممر ضيق أوصلهم الى كهف. كانت الأنوار الباهتة المنبعثة من قناديل الشحم تبسط ظلالا وهمية لغزلان رشيقة تخبّ على جدران الكهف، وأبقار برية تمط أبدانها أكثر من أربعة أمتار، وأحصنة حمراء وسوداء في السقف تنتظر التحميل.

توجه الافراد الكبار بالمبتدئين الى حجرات تحت الارض حيث عرضوا لهم معتقدات جماعتهم. انه ميراث من المعرفة أعظم من كل ما أورثهم اياه آباؤهم.

ليس مؤكداً حصول هذه الطقوس الاولية في أي من الكهوف الشهيرة مثل كهف لاسكو في فرنسا. لكن نوعية الفنون تشير الى تحول أساسي في ثقافة الانسان قبل ١٧ ألف سنة. ويستنتج علماء الانثروبولوجيا (١) اليوم أن سكان العصر الجليدي المتأخر تفوقوا على أسلافهم غير المبدعين. ففي هذا العصر الحجري الاحدث(٢) بين العام ٣٣،٠٠٠ والعام ١٠،٠٠٠ قبل الميلاد، اخترع الانسان الفن والموسيقى ووضع أسس التجارة وحدد الطبقات الاجتماعية.

ومعظم معلوماتنا عن هذا الانسان المتطور الاول مصدرها سكان العصر الجليدي في أوروبا. وهو سمي "الانسان الكرومانيوني" نسبة الى الكهف الذي اكتشفت فيه بقاياه في فرنسا. وتظهر هذه البقايا أنه نسل يختلف جسدياً وفكرياً عن أسلافه النياندرثاليين.

كان الكرومانيونيون أقل نشاطاً من النياندرثاليين وتنقصهم العنق المعضّلة والكتفان المعضلتان والعظام الثخينة والجمجمة الكبيرة والحافة الناتئة في منطقة الحاجبين. لم تكن أدمغة الكرومانيونيين أكبر، لكنهم امتلكوا قدرة

---

(١) الانثروبولوجيا أو علم الانسان علم يبحث في أصل الجنس البشري وتطوره وأعراقه وعاداته ومعتقداته.
(٢) Upper paleolithic Period

Condensed from Newsweek (November 10, '86), © 1986 by Newsweek, Inc., New York, N.Y.

(من فوق) مدفن اكتشف في كهوف غريمالدي بايطاليا؛
بقرة وحشية رسمت في كهف قبل ٢٠ ألف سنة؛
ناي حفرت في العظم قبل ٢٥ ألف سنة في فرنسا؛
ماموث منحوت في العاج.

تامة على الفكر الرمزي والتكيف والاختراع. وفي حين أن قلة من النياندرثاليين أتمت العقد الرابع فقد عاش الكرومانيونيون حتى العقد السادس متمكنين من ايصال المعرفة الى أجيال عدة.

انسان جديد - حل الكرومانيونيون مكان النياندرثاليين على نحو مفاجيء قبل ٣٥ ألف سنة، وكأن أولئك الجدد اقتحموا أوروبا الغربية وأبادوا سكانها الاصليين. لكن الاحافير المكتشفة حديثا تعارض هذه النظرية. وقد تقفى العلماء جذور الكرومانيونيين الى افريقيا الجنوبية حيث ظهر شكل بدائي للانسان

الحديث قبل ٧٠ الف سنة. ربما كانوا ثمرة تغيُّر وراثي واختيار طبيعي. لكن فريد سميث عالم الانثروبولوجيا بجامعة تنيسي في نوكسفيل يرتاب في ان قوة اخرى أدت دوراً رئيسياً: التكنولوجيا.

إن عدداً أكبر من الادوات، مع نوعية أفضل، يبطل ضرورة الجسم القوي البنية. وهكذا فان التطور ربما جعل الجسد البشري أنحف وأضعف. وللمرة الاولى تفوقت الثقافة على البيولوجيا كدافع أساسي للتطور، وبدأ ظهور انسان جديد.

يعتقد بعض العلماء أن تزاوجاً حصل بين أولئك الناس الجدد وجيرانهم النياندرثاليين، وهكذا بُعثت موروثاتهم الحديثة شمالا نحو آسيا وأوروبا. وقد تكون الاحافير المكتشفة حديثاً في افريقيا وآسيا وليدة هذا التهجين. واليوم، بعد ألوف السنين، قد يتعذر تمييز الكرومانيونيين الذين نشأوا في اوروبا عن المارة في شوارع باريس إن هم تنعموا بقصة شعر مناسبة وبذلة عصرية. ويذكر عالم الانثروبولوجيا اريك ترينكوس من جامعة نيومكسيكو في آلبوكورك: "عند وصول طلائع أولئك الناس المتحضرين الى غرب أوروبا بدا التباين واضحاً بينهم وبين النياندرثاليين الاصليين، فكأنه حصل تبدل تام من دون أي تهجين بين هاتين المجموعتين. فالتنافس للحصول على المسكن والثروة أعلن نهاية النياندرثاليين المتخلفين تكنولوجياً، اذ لم يتمكنوا من المواجهة."

الحياة الافضل – شيد الكرومانيونيون مستعمراتهم من المتوسط الى أوكرانيا بعدما احتلوا أوراسيا (٣). وكانت الانهار الجليدية تغمر بريطانيا وجبال الالب وشمال روسيا ومعظم بولونيا. وعلى رغم أن مناخ أوروبا كان أصقع منه اليوم فقد تعددت أصناف الحيوانات كما هي الآن في غابات افريقيا. واستوطن معظم قبائل العصر الجليدي مسالك هجرة غزلان الرنة ووحوش اخرى. وخلافاً للخرافة الشائعة فانهم لم يعيشوا في الكهوف بل في ملاجىء صخرية طبيعية أو في مساكن من الخشب أو الحجر أو العظم أو الجلد.

كان سكان العصر الجليدي المتأخر يمضون معظم أيام السنة في مخيمات مجهزة بمواقد ومرصوفة بالحصى. كذلك بنوا مخيمات فصلية لمراقبة نزوح القطعان. والواضح أن ٧٥ في المئة من المواقع المكتشفة مواجهة للجنوب.

قبل ٢٠ ألف سنة اخترع صيادو العصر الجليدي قاذفة الرماح التي ساعدتهم على الرمي السريع والدقيق. وتشير بقايا الحبال الى استعمال الشباك التي تزيد فاعلية الصيد. وكان سكان ذاك العصر يطبخون في حفر مغطاة بالجلود ومليئة بالماء يرمون داخلها الطعام والحصى الساخنة. وتركزت وجباتهم على التوت البري والبندق والبلوط والاعشاب. وعلى رغم اعتقاد العلماء ان الكرومانيونيين عانوا التهاب المفاصل فقد ظهرت فجوات قليلة في الاسنان المكتشفة والتي تعود الى تلك الحقبة.

---

(٣) أوراسيا هي الكتلة الارضية العظيمة التي تضم أوروبا وآسيا وتحدها المحيطات: المتجمد الشمالي والاطلسي والهندي والهادىء، والبحار: الابيض المتوسط وبيرينغ وأرآفورا، بما فيها الجزر المجاورة.

وعثر علماء الآثار على مشاغل بدائية حيث حوَّل سكان العصر الجليدي الصخور أسلحة وأدوات مختلفة. وهم باشروا استعمال الابرة قبل ٢٠ ألف سنة. ويستنتج علماء الانثروبولوجيا من أشكال الخيوط المجدولة على الهياكل العظمية أن الكرومانيونيين ارتدوا سترات طويلة وجوارب لكسب الدفء.

كتب بدائية - منذ العام ١٩٧٧ وعالمة الآثار أولغا سوفر من جامعة ايلينوي وزملاء لها في الاتحاد السوفييتي يستكشفون موقعاً في أوكرانيا يدعى مزيريتش، حيث شيدت قرية من عظام اكثر من ١٤٩ حيوان ماموث(٤) قبل ١٥٠ قرناً. وراوحت مساحة المساكن بين ١٢ و٢٤ متراً مربعاً مما يشير الى أن بعض الناس عاشوا في عائلات صغيرة وآخرين في تجمعات اكبر.

ولا يسع الباحثين الا تخمين نمط الحياة العائلية في العصر الجليدي، لكن تصاميم مزيريتش تفتح نافذة جزئية على الحياة الاجتماعية آنذاك. ويقدر الباحثون أن بناء البيت الواحد تطلب عمل عشرة رجال خلال أربعة أيام. وتضمنت خطة العمل جمع عظام الماموث ونقلها ثم تصفيفها في شكل هرمي. وتوحي هذه الخطة المدروسة وجود مجتمع طبقي عند الكرومانيونيين.

ويبدو أن جماعات العصر الجليدي خصصت نطاقات لمختلف النشاطات. ويكشف أحد المواقع في فرنسا مواضع منفصلة للطهو والذبح واستئصال مخ العظام ورمي النفايات.

وفي جنوب غرب اوروبا أكثر من ١٥٠ كهفاً تحت الارض مزينة باتقان. ويبدو ان لها اهدافاً اجتماعية معينة مثل تهيئة الاولاد لدخول مرحلة الشباب. ويعتقد هنري دلبورت، القيم على متحف الآثار الوطنية خارج باريس، أن الرسوم في الكهوف حلت مكان الكتب لايصال المعرفة المتراكمة الى الاجيال الجديدة. والحيوانات الملونة على الجدران ربما كانت ترمز الى معان حاذقة او انها نماذج اعتمدها المجتمع الانساني آنذاك.

لقد أبرزت رسوم الحيوانات معالم من تاريخ تلك الجماعة، مثل محاولة الخلاص من قائد سابق والعودة بصيد موفق يبعد جوع الشتاء. كانت الشعائر توجه من فرد مسنّ هو القائد. وتدل آثار الاقدام الشابة المكتشفة حديثاً على استعمال تلك الكهوف للاحتفالات.

البحث عن الحب - توحي القبور الفخمة أن الكرومانيونيين أقاموا اعتباراً للمراتب الاجتماعية وآمنوا بالحياة

(٤) الماموث حيوان منقرض يشبه الفيل.

الاخرى. وفي أحد القبور المشيدة قبل ٢٤ الف سنة في روسيا دفن رجل متدثراً برداء طويل مزين بأكثر من ٣٠٠٠ خرزة عاجية. ودفن صبي وفتاة في قبر واحد مع رماح نفيسة و٨٠٠٠ خرزة عاجية وكثير من الخواتم والخلاخيل مما يشير الى علو مقامهما الاجتماعي.

واستعمال الاحياء للجواهر يفيدنا المزيد. فشعب يصارع من أجل الحياة لا يقضي مئات الساعات يربط أصداف البحر بالخيوط أو يصنع حلى من أسنان الدببة والاسود أو يحول أنياب الماموث خرزاً. يقول رندال وايت عالم الانثروبولوجيا في جامعة نيويورك: "من الواضح أنهم اعتبروا الجواهر مهمة. والتبرج بها كان لاسباب اجتماعية."

ووجد علماء الآثار أصدافاً بحرية غريبة من المتوسط والاطلسي لكنها بعيدة مئات الكيلومترات عن مصادرها. وتظن أولغا سوفر أن سكان السواحل نقلوا هذه

(من فوق) حصان عاجي من أوائل أعمال الكرومانيونيين، مصباح من الحجر الرملي الاحمر استعمل للاضاءة في لاسكو، ثور بيزون يلعق جنبه رسمه الفنان متأثراً بشكل قرون وعل الرنة.

الاصداف الى جيرانهم الذين قايضوها بالفرو مع جيرانهم الكرومانيونيين. وتؤكد سوفر: "لم تكن وظيفة هذه المقايضة اقتصادية بل اجتماعية."

وتلاقت جماعات كبيرة في الغرب الابعد، ربما بهدف الزواج. فالعلاقات الرومانسية محدودة في قرية تضم بضع عشرات من السكان. والحلى الغالية التي اكتشفت ربما كانت وسيلة لاعلان الاوضاع الاجتماعية والاقتصادية.

حياة العقل – يستحيل ترتيب لقاءات في مكان معين وزمان معين بعد بضع سنوات في غياب لغة مشتركة ومفهوم واضح للزمان والمكان. وتدل تجاويف الفم والحنك في الاحافير المكتشفة على قدرة الكرومانيونيين على الكلام والتعبير.

يقول وايت: "إن القدرة على نقل الافكار التجريدية ربما كانت خطوة جذرية في تطور السلوك الانساني." وهذا يساعد في تفسير سبب تعمير الانسان الكرومانيوني. فالمخزون الوافر من المعرفة عند الكرومانيوني المسنّ وفر له حماية بعد قعوده عن كسب القوت.

من باب الفضول، وجد الباحثون بعض الدلائل على الحروب بين سكان العصر الجليدي المتأخر. فقد ظهرت نزاعات عنيفة حين أسس الانسان مناطق زراعية ثابتة قبل ٦٠٠٠ الى ٨٠٠٠ سنة، واعتبر الاراضي التي يقطنها ملكاً له وحده. في ذلك الوقت كان الانسان العصري(٥) سيطر على أوروبا وآسيا والعالم الجديد. وأخيراً تطور نسله الى الغاليين والسلتيين وسكان بلاد ما بين النهرين وسواهم من القبائل التي أنشأت حضارات عظيمة وتحاربت لعدة قرون. انما بفضل أولئك الاقدمين العصريين اكتسبت هذه الشعوب، واكتسبنا نحن أيضاً، أفضل ما يتبقى فينا: الفن، انه عالم اجتماعي معقد وحياة متجددة للعقل.

شارون بغلي ولويز ليف

(٥) Homo sapiens sapiens

الطب والزواج

جلست طالبتا طب تتحدثان عن الساعات المرهقة التي تمضيانها في المستشفى نهاراً وساعات الدرس المتطاولة ليلا، فقالت احداهما: "عندما أشعر بالاحباط أتصل بأمي فأجد في نصحها وعطفها ما يشد عزيمتي."

فتنهدت رفيقتها: "اما انا فلا انال أي عطف من أمي، لأنها ترى في التحاقي بكلية الطب مثالا على عدم طاعتي وتذكرني بأنها نصحتني بأن أتزوج طبيباً لا أن أصبح أنا طبيبة."

د.م.

أصداء من عالم الطب

فيتامينات للقلب والعظام

ربما كان المسنون في حاجة الى مقدار أكبر من الفيتامين "ج" (C) لتخفيف خطر الاصابة بأمراض القلب. وربما كانوا لا يتناولون كفاية من الفيتامين "د" (D) لتقوية عظامهم. هذا ما أعلنه مركز الابحاث الغذائية في وزارة الزراعة الامريكية.

أظهرت دراسة حديثة شملت ٦٨٠ رجلا وامرأة فوق الستين أن الفيتامين "ج" قد يرفع مستوى "الكولسترول الجيد" HDL اذ يبدو أنه يحول دون انسداد الشرايين فيخفف خطر الاصابة بأمراض القلب. وقد ارتفع مستوى هذا الكولسترول في الدم حين ازدادت كمية الفيتامين "ج"، لكن فاعليته تضاءلت مع التقدم في العمر وتلاشت كلياً بعد الثمانين.

ان نقص الفيتامين "د" يسبب ارتخاء في العظام ويزيد احتمال الكسر في الوركين والعمود الفقري. وتبين أن كثيراً من نزلاء احد مستشفيات بوسطن، المصابين بكسر في الورك، يفتقرون الى الفيتامين "د". ويشتبه الاطباء بأن تكون قلة كميات الحليب المتناولة وقلة التعرض لاشعة الشمس ضمن الاسباب الرئيسية لهذا النقص.

وزارة الزراعة الامريكية

بنوك للدم المشترك

في المعاهد الوطنية للصحة في الولايات المتحدة هيئة من الخبراء تشجع التبرع بالدم الى بنك دم خاص بجماعة مشتركة معينة تحسباً لجراحة طارئة لأحد افراد هذه الجماعة. ويجمع الدكتور جيرالد ساندلر من الصليب الاحمر الامريكي وأعضاء الجمعية الطبية الامريكية على أن التبرع الذاتي، أي لمنفعة المتبرع، هو أسلم الطرق لنقل الدم في الجراحات غير الطارئة، لأنه يتفادى خطر ردود الحساسية وخطر انتقال عدوى امراض مثل آيدز والتهاب الكبد.

ووجهت المعاهد الوطنية للصحة انتقاداً الى بنوك الدم التي تعمل للربح وتجنّد أشخاصاً ممتلئين صحة فتأخذ منهم الدم وتخزنه لبيعه في الحالات الطارئة. ونصحت بعدم الاعتماد على تبرع أنسباء المرضى او اصدقائهم، لأن ليس هناك دليل على أن هذا النوع من الدم أسلم من ذلك المتوافر في بنوك دم تابعة لجماعات مشتركة.

ويشير الدكتور ساندلر الى ان "عمليات نقل الدم حالياً هي أسلم من أي وقت مضى، والدم الذاتي المجمّد ليس حلا عملياً لتأمين حاجة صاحبه الى الدم في الحالات الطارئة. فالطريقة الفضلى هي ان يتبرع أشخاص أصحاء الى بنوك الدم التي تديرها الجماعات المشتركة، فتتأمن الكميات اللازمة لجميع المرضى الذين تتطلب حالهم نقل الدم لانقاذ الحياة.

نشرة "الطب الداخلي"

مأساة واقعية

حَبيسَة الكهف

رغبت الفتاة في قضاء يوم صيفي جميل في جبال بافاريا. لكنها أضاعت سبيلها

الوقت: التاسعة من صباح الجمعة في ٣١ اغسطس (آب) ١٩٨٤. الشمس لاهبة في سماء زرقاء متوهجة، فيما تغادر كارن ولنر (١٩ عاماً) فندق "انترويرت" في قرية رايتم ونكل حيث تعمل مديرة متمرنة. لم تخبر أحدا اين ستذهب، فما يفعله المرء يوم اجازته امر لا شأن للغير به.

ركبت الفتاة الجميلة الفارعة سيارتها بسرور. القرية البافارية قرب جبال الالب تبعد حوالى ١٠٠ كيلومتر جنوب شرق ميونيخ بألمانيا، وكانت تضج بالحياة حينما انطلقت كارن نحو بحيرة فايتسي الألبية التي لا تبعد اكثر من ١٥ دقيقة.

أخبرها متسلقا جبال التقتهما في مطعم الفندق الليلة السابقة عن بقعة فاتنة في سلسلة جبال فايلد هاوسغرابن فوق البحيرة. ووصفا لها وادياً ضيقاً ظليلا يحتضن جدولا بلورياً. وانهيا كلامهما: "انها فردوس أرضي."

تركت كارن السيارة في موقف بعيد عن الطريق قرب بحيرة فايتسي. واتبعت توجيهات الشابين فانحدرت نزولا الى درب يجتاز غابة صنوبر، ثم استدارت مرتقية مجرى نهر جف ماؤه. كانت لائقة بدنياً، اذ تمرس جسدها بالعدو الوئيد المنتظم والسباحة وتسلق الجبال.

بعد ١٥ دقيقة بلغت كارن الوادي الضيق. كان كما وصفه الشابان: مكاناً خلاباً تحوطه غابات يتوسطها نهير رقراق. وتابعت ارتقاء الوادي صوب بقعة اكثر جمالا هي منبسط طبيعي فيه ثلاثة شلالات بيضاء تنحدر من جدران صخرية

Illustration: G.M. Heesch

شاهقة. لكن الطريق مسدودة لسوء الحظ. واذ همّت كارن بالعودة لمحت عنزة.

العنزة الجاثمة على جدار يبلغ ارتفاعه ١٠٠ متر لم تمنح الشابة سوى نظرة عجلى قبل ان تعاود الرعي. وما استوقف كارن هو حركة العنزة المتنقلة بيسر على نتوءات الجبال. وفكرت: اذا كان في وسع هذه العنزة ان تفعل ذلك، ففي امكاني أنا أيضا. وشرعت تتسلق الجدار وقلبها يخفق بقوة.

في البدء كان الامر سهلا. ولكن في ما بعد اصبح المنحدر عمودياً وغدت المواطىء اكثر ندرة. وفي أحد المواضع اضطرت كارن الى ارتقاء صخرة مدلاة بقوة ذراعيها وساقاها تطوحان في الفضاء.

واذ نظرت الى الخلف أدركت أنها لن تستطيع الهبوط الى اسفل أبداً، وان ثمة فوارق كبيرة بين البشر والمعزى.

لم يبق لكارن خيار، فتابعت التسلق حتى استوت الارض قرب القمة فيما انحدرت الى اليمين انحداراً بسيطاً. وبعد ٢٠ دقيقة من سيرها لاهثة والعرق يتصبب منها بلغت اسفل جرف آخر في واد تناثرت فيه الحجار.

كهف في الصخر – انقضت ساعتان منذ تركت كارن السيارة. تعقبت الممر الطبيعي الذي اختطه الوادي، وسرعان ما استنتجت انها ستأوي الى بيتها وقد انتهت مغامرتها بسلام... لولا طريق اخرى مسدودة وصلت اليها.

صخور شواهق على ثلاثة جوانب مرة اخرى. وعليها ان تتسلق الجرف العمودي الشديد الانحدار لتخرج من هذا الشرك.

عرق بارد بلل ظهر كارن. زلت بها القدم ثلاث مرات، لكنها استطاعت ان تثبت نفسها. لقد استمر كابوس التسلق اكثر من ساعة. ارتقت الجرف منهكة ويداها وركبتاها تنزف. لكن ما رأته ملأها حبوراً: هنالك في البعيد بحيرة فايتسي تومض في الشمس ولا يفصلها عنها سوى منحدر مشجر.

انطلقت كارن بوهن. ولكن بعد خمس دقائق عادت الى حافة صدع عمودي خفي يعلو مئة متر.

لم تبق لديها القوة لتمشي، فكيف بالتسلق؟ ولكن ينبغي عليها أن تتسلق للنجاة.

أوصلها الدرب الى جزء ناتىء منحدر. تلمست موطئاً لرؤوس أصابع قدمها اليمنى نقلت اليه ثقلها. أخذت تتحرى المكان بالقدم اليسرى في حذر حتى وجدت مستنداً لها ايضا.

بدّلت موقع قدميها، لكن اصابعها المرتجفة لم تجد ممسكاً فسقطت في الفراغ.

انفجر العالم حولها. أشواك وشظايا حادة شرطت وجهها، شيء قاس ماض صدم رأسها. ثم ألفت نفسها فوق شجرة. لقد أعاق سقوطها شجيرة صنوبر نبتت على نحو ما بجانب الجرف. وها هي الآن تتمايل على هذا المجثم قرابة ٣٠ متراً فوق سطح الارض.

وعلى بعد ثلاثة امتار عن يسارها لحظت كهفاً محفوراً في الصخر الاملس. انحنت لترى ما اذا كان في وسعها ان تحدد اي مواطىء لتبلغه. واذ بالشجرة

تترجح منذرة بقلبها. جاش الخوف الصاعق داخلها وأحست بدوار.

حين صفا ذهنها وجدت نفسها في الكهف من دون ان تدري كيف اجتازت جدار الصخرة الصماء.

عرض الكهف متران. وفيه حيز كاف كي تجلس مسندة ظهرها الى الصخرة. الى الامام رأت هضبة مشجرة، والى اليمين في البعيد جانب من البحيرة. وخمنت، بالنظر الى موقع الشمس، ان الوقت يقارب الثانية بعد الظهر. حاولت ان تقف لكن ساقيها انثنتا.

عطش وهلوسة – غابت الشمس فبات الهواء بارداً قارساً. أطلقت كارن صرخة يأس تردد صداها في التلال المظلمة: "النجدة!" نادت تكراراً ولكن ما من جواب.

صباح السبت حين ارتفعت الشمس فوق الجبال شعرت كارن بتحسن. كانت جائعة وعطشها عذاب مقيم، لكنها في الاقل على قيد الحياة. وتردد صدى صوتها ثانية عبر التلال: "النجدة!" صرخت طوال اليوم منادية أباها وأمها والأصدقاء.

خلال الليل اصطكت اسنانها فخالتها ستسقط. من الواجب أن تعاود عملها صباح الأحد، ولذا فحينما أشرقت الشمس ثانية تخيلت رئيسها أوسكار ستمبك يتصل بأبويها، وهذان بدورهما يتصلان بالشرطة، وفرق التفتيش تبحث عنها. لا ريب في ان النجدة في سبيلها اليها.

لكن النجدة لم تأت. صباح الاحد بعيد التاسعة اتصل رئيس كارن بأبيها كارل ولنر مهندس تجهيزات التدفئة في بلدة غارشنغ ليخبره ان ابنته لم تأت الى العمل. اتصل ولنر بشرطة رايتم ونكل، فأُبلغ ان كارن التي تعدت الثامنة عشرة حرّة ان تفعل ما يحلو لها. وفي تقدير الشرطة انها سافرت الى ايطاليا برفقة أصدقائها لتمضية عطلة الاسبوع ولم تستعجل العودة.

وردّ ولنر أن ابنته لا تسلك هذا المسلك ابداً. وأصرّ: "ابحثوا عن سيارة بيتل زرقاء،" وأعطاهم رقم لوحتها. فطمأنه رجال الشرطة: "لا تجزع."

داعب عصير البرتقال خيال كارن. حاولت أن تلعق دموعها لكنها لم ترو غليلها الحارق.

بعد ظهر الاثنين، في يومها الرابع في الكهف، بدأ المطر ينهمر. سال الماء رقيقاً داخل الكهف. حاولت كارن أن تتلقف القطرات بفمها. ثم تبللت ثيابها فاخذت تمص الماء من كميها.

بدأت الهلوسة: رأت اولا اطفالا في حفلة مدرسية، ثم طوافة تقل أباها وأمها وشقيقها. غادرت الطوافة المكان فأخذت كارن تنتحب.

في الليل غدا الطقس أكثر برودة. يدا كارن وقدماها خدرة. كانت تغيب عن الوعي وتفيق ثم سادتها حال سكون حالم. لقد جندت ما تبقى من قواها للمعركة النهائية.

صرخات استغاثة – في رايتم ونكل كان توماس شليشتر، وهو بنّاء ومتسلق جبال بارع، يحدق الى خريطة مفصلة للمنطقة، فاسترعى انتباهه خط صغير منقّط يمثل ممراً يسلكه الصيادون في

تلال فايلد هاوسغرابن. كان سمع به من صديق ورغب في اجتيازه منذ سنين. لكنه كان ملتزماً يوم السبت اصطحاب ابنة اخيه بربارة وهي فتاة في العاشرة من عمرها.

بحلول يوم الجمعة كانت كارن أمضت ثمانية ايام في الكهف. لم يعد الزمن سلسلة متصلة. الصور تتوالى في ذهنها. الحقائق والاخيلة تصبح امراً واحداً: عادت الى الفندق. أصحابها جالسون في الحديقة. نادوها: "تعالي وانضمي الينا. انظري، الامر سهل." أروها مثالا: هم يطيرون برشاقة في الجو داخل الكهف. تلاشوا. نادتهم كارن: "كريس! روز..."

كان السبت ماطراً. واتفق شليشتر وابنة اخيه على استكشاف ممر الصيادين المتلوي حول واد يتسع حوالى ٢٠٠ متر. في وسعهما أن يريا الجانب الآخر بوضوح: سطح صخري وعر ضارب الى الرمادي وفيه رقعة دكناء قد تكون كهفاً. الساعة الثانية بعد الظهر.

بغتة سمعا صوتاً آتياً من الجانب الآخر للوادي. لكنهما حسبا ان أحد المتنزهين ينادي رفقاءه، فتابعا المسير.

بعد نصف ساعة بات الممر غير سالك، وأرغما على العودة. واذ بلغا الوادي ثانية قرابة الثالثة بعد الظهر كان الصوت لا يزال متردداً: "أنجدوني! أغيثوني!"

لا ريب في ان شخصاً يحوقه الخطر هناك. شرع توماس وبربارة في الجري نزولا نحو سيارتهما. وما ان بلغاها حتى التقيا عدداً من حرس الغابات.

بثت مكالمة لاسلكية الى الشرطة من كوخ بالقرب من البحيرة. في الرابعة الا ربعاً التقط كارل هاينز شليشتر اشارة الاستغاثة، وهو قائد المجموعة المناوبة في فرقة الانقاذ المحلية في رايتم ونكل، فطلب مساعدة من لاندسبرغ وتراونشتاين. وعلى متن طوافة كان الدكتور ولفغانغ شافرت القادم لتوه من عملية انقاذ سابقة ذلك الصباح. وأرسل شليشتر كذلك فرقة من ثلاثة رجال سيراً الى المنطقة.

جوع ذئب – سرعان ما حلقت طوافتان فوق سلسلة جبال فايلد هاوسغرابن وركابها يفتشون بأنظارهم، لكنهم لم يقعوا الا على كتلة برية متشابكة من الصخور والنبات.

حين انخفضت السحب وأضحت الرؤية غير واضحة، أمر شليشتر إحدى الطوافتين بالعودة الى القاعدة والأخرى التي تنقل الدكتور شافرت بالجثوم على أهبة في أرض مقطوعة الشجر قرب بحيرة فايتسي.

في البداية لم يستطع رودي ولفنستتر قائد الفرقة المؤلفة من الرجال الثلاثة ان يكتشف شيئاً. ولكن بواسطة منظار الميدان استطلع الرجال موقع الكهف.

واذ كانوا من متسلقي جبال الالب المحترفين فلم يجدوا صعوبة في الوصول. تدلى ولفنستتر بحبل الى داخل الكهف. وشحب لما رأى. بدت كارن وكأنها من صنف الحشرات.

وضعوها برفق في مقعد خاص وأدلوها بحبل الى صخرة مسطحة حيث هبطت الطوافة وانتشلتها برافعة. ابتسمت كارن وهي ما زالت تهذي.

وضعت من ثم في نقّالة ومنها الى سرير المستشفى في تراونشتاين. وفي وحدة "العناية الفائقة" تبين أن يديها وقدميها منتفخة بالبثور ولكن ليس من تلف داخلي. وعمد الدكتور شافرت الى تدفئة جسدها الناحل تدريجاً لاعادة حرارتها الى درجتها الطبيعية. وكان وزنها نقص اربعة كيلوغرامات. ولجأ الطبيب الى تغذيتها بتقطير السوائل والسكر والبروتيين في فمها. كان ذلك أمراً دقيقاً، اذ ان أي تحمية أو صدمة تدفئة قد تسبب اختلاجاً عضلياً مميتاً في بطين القلب.

بعد أربعة عشر يوماً خرجت كارن من جناح الطوارىء وأضحت تأكل الاطعمة الجوامد بشهية ذئب.

ويقول كارل هاينز شليشتر الشغوف بتسلق الجبال: "اذا فقد أحدهم هناك اكثر من خمسة ايام، فاني أتوقع عادة ان أجده جثة. إن نجاة كارن أعجوبة فعلا. لا ريب في ان ملاكاً حارساً سهر عليها."

كريستوفر ماثيوز

البدانة على الميزان

أرهقت البدانة المديرة العامة للاوبرا في مدينة نيويورك بيفرلي سيلس فانتفخت كالبالون وأصبح منظرها يثير اشمئزازها كلما نظرت في المرآة.

أخيراً لجأت الى طبيب اختصاصي. وعندما وضعها على الميزان قرأت النتيجة: ٩٨ كيلوغراماً. فشهقت جزعة وهتفت: "من غير الممكن أن يكون هذا هو وزني!"

فرد الطبيب: "انظري الى هاتين القدمين الضخمتين على الميزان، يا سيدتي، أهما قدماي أم قدامك؟"

ف.ب.

طبيب بالسنتيمتر

هتف الطبيب وهو يغادر غرفة العمليات: "كانت المسألة في منتهى الخطورة!"

فسألته احدى الممرضات: "وماذا تعني يا دكتور؟"

أجابها الطبيب: "لو تجاوز الجرح سنتيمتراً واحداً الى اليسار أو الى اليمين لكنت تجاوزت حدود اختصاصي!"

هـ.ف.

الوالد المتفهم هو الذي يبتهج عندما يرى كلمات مكتوبة بتهجئة صحيحة على ورق الجدران الجديد.

د.ل.

في وسع اي جماعة جعل بلدها اجمل بلاد العالم

بذور الأمل

نشطت وسائل الاعلام الامريكية صيف ١٩٨٦ في الدعوة الى التخفيف من وطأة الجوع العالمي. وفي الوقت نفسه عملت ملايين الأيدي في التربة الخصبة لانتاج ما يغني الجسد والروح. وهكذا أصبحت زراعة الجنائن الهواية الاكثر شيوعاً في الولايات المتحدة. وفي هذا الصدد يقول بول بروس دولنغ مؤسس "صندوق أمريكا الجميلة"(١): "عندما تزرع بذرة فانك تزرع الأمل." ومنذ العام ١٩٨١ أعطت مؤسسة دولنغ أكثر من ١٢ طناً من البذور الى عشرات ألوف الجمعيات في الولايات الامريكية الخمسين.

ومنذ أنشئت المؤسسة قبل عقدين بهدف المحافظة على جمال أمريكا الطبيعي والذي هو من عمل الانسان ساعدت في تنفيذ ما يزيد على ١٠ آلاف مشروع، من دعم فن "ايروكوا" الهندي في شمال ولاية نيويورك الى تحسين مظهر محطات القطار الكهربائي النفقي (المترو) في بوسطن بولاية مساتشوستس. كذلك ساهمت في المحافظة على جونزبورو وهي أقدم بلدة في تينيسي، وساعدت المعاقين في إقامة جنائن للخضر في نيو مكسيكو.

لكن الحدث الابرز بالنسبة الى المؤسسة هو عملية "النبتة الخضراء"(٢) التي بدأ تنفيذها قبل سبع سنوات.

---

(١) America the Beautiful Fund

(٢) Green Plant

Illustration: Howard Friedman

وتقضي العملية بتأمين بذور خضر وأزهار مجاناً لأي مجموعة خيرية أو ثقافية تطلبها وتكون مستعدة لتسديد بدلات ارسالها بالبريد. ومن المفيدين من هذه العملية:

● ٤٨ ألف مواطن مسنّ يزرعون محاصيلهم الغذائية.

● ٣٧ ألف معاق وسجين ونزيل مستشفى يحاولون تعلّم مهارات جديدة.

● ١٥٠٠ مدرسة باشرت إعطاء تلامذتها دروساً في زراعة الخضر والاشجار المثمرة.

● ١٤ ألف جمعية توفر الغذاء وتحسن مناطقها الريفية.

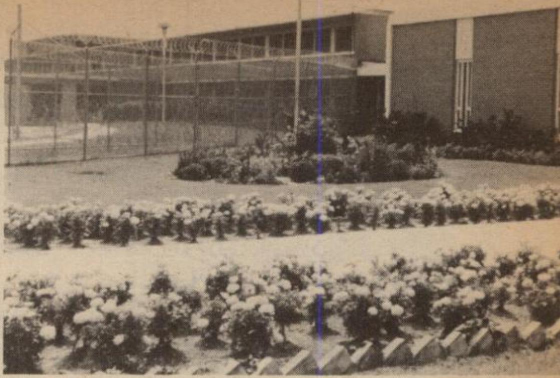
جدارة بالحياة – المقر العام للمؤسسة مجموعة مكاتب في العاصمة واشنطن على مقربة من البيت الأبيض. وتعتمد المؤسسة في تمويلها على تبرعات خاصة هي عشرات ألوف الهدايا الصغيرة اضافة الى هبات رئيسية. واللافت أن العملية لم تتلقَّ أي مساعدة مالية من الحكومة الامريكية، بل ثمة شركات محلية ودولية تقدّم اليها البذور بمثابة هبات.

وفي مقاطعة سامرز بولاية فرجينيا الغربية أكثر من مئة مواطن مسن يعملون على إنشاء حدائق من بذور تقدمها المؤسسة وسواها. وتقول بيغي روسي مديرة المشروع ان المشاركين فيه يعطون من انتاج جنائنهم مجاناً في مقابل ما يتلقونه من مساعدات. أمّا غلينيس جيفريس وهو ميكانيكي معاق، فانه غير قادر على اصطحاب زوجته لتتلقى علاجاً طبياً، لكنه قادر على رعاية حديقة كبيرة خلف منزلهما. وما يفيض عنه من غذاء يحوّله الى مركز المواطنين المسنين في مقابل أجور النقل التي يوفرها المركز لزوجته. يقول غلينيس: "هذا عمل يشعرك بالرضا. فأنت تساعد نفسك والآخرين في آن."

وفي فيلادلفيا، في منطقة قلّت فيها المزروعات ومعظم سكانها من الطبقة العاملة، كانت هناك قطعة أرض خلف مدرسة ابتدائية. وفي صيف ١٩٨٦ زرعت ببذور قدمتها المؤسسة فنمت فيها الخضر والقرع والشمّام. المعلمة دوروثي رايسدورف عملت على زرع قطعة الأرض هذه بمؤازرة تلاميذها. وخصصت لكل تلميذ مساحة تسعة أمتار مربعة. بعض التلاميذ يبيع جزءاً من محصوله، وكلهم يتعلمون أصول الزراعة التي لا يتلقونها في مجتمعاتهم.

أمّا في بالم بيتش بولاية فلوريدا فان بذور المؤسسة تؤدي دوراً في شفاء مرضى انفصام الشخصية في مركز الامراض العقلية. هناك بيت زجاجي مليء بنباتات دخيلة وأزهار بهيّة. إيلين كلاين المشرفة على مشروع المركز تقول ان تعلم المريض عملا بسيطاً هو ري نباتاته كل يوم يعتبر انجازاً قيّماً في ذاته، "وفي حين يراقب نموّها يصبح على يقين بأن النباتات تعتمد على اهتمامه الدائم. وعندما يرى أنه نجح في تحمّل مسؤوليته يشعر بأنه جدير بالحياة في المجتمع."

اسرقوا زهرة! – في اصلاحية ماكين في ولاية كارولينا الشمالية تزدهر حديقة خلف قضبان حديد وأسلاك شائكة وتضم



الحدائق التي يعتني بها السجناء تضفي رونقاً على اصلاحية ماكين في ولاية كارولينا الشمالية.

أنواعاً مختلفة من النباتات. لسنوات خلت لم تنبت الحديقة سوى حشائش في تربة رملية. والمسؤول عن هذا التبدل مصلح جنائني يدعى جوني موريل أشرك السجناء في استنبات الخضر والازهار في فناءات السجن.

أحد النزلاء رجل في الستين من عمره أظهر اهتماماً خاصاً بمدخل الاصلاحية. يقول مدير السجن جايمس غريفن: "كان له ماض اتسم بالعنف، وهو قضى معظم حياته في السجن. لقد شهدناه يتغيّر من رجل قاس الى رجل مسالم هادىء الطباع."

غريفن وموريل شهدا أمثلة كثيرة كهذا، وتحول السجن حديقة مميّزة. يقول موريل باعتزاز: "مؤسسة أمريكا الجميلة توفر لنا البذور. وفي السنة الماضية فزنا باحدى جوائزها الوطنية."

ويقرّ أحد السجناء: "العمل في الحديقة يمنحني شعوراً بالحرية." وهو يأمل استخدام مهارته الجديدة المكتسبة لتأمين عمل بعد اطلاقه.

وفي باحة كنيسة في أحد أحياء فيلادلفيا يرعى الأب جايمس كورنتي حديقة بالاهتمام ذاته الذي يوليه رعيته. فعلى بعد شوارع قليلة، على مقربة من اهم مركز لتعاطي المخدرات في المدينة، يعنى أعضاء الكنيسة بحديقة للخضر. ومن خلال البذور التي توفرها المؤسسة يرى كورنتي "إصلاحاً وشفاء من التصدع السائد. فسوق المخدرات تزدهر حيث يسود اليأس والخوف والعزلة. والخطوة الجيدة في محاربة هذه الآفة تتمثل في إقامة جسور. وهنا تبرز أهمية البذور."

ويتابع: "إذا سرق ولد زهرة فتلك هي البداية. قد يرغب لاحقاً في معرفة كيف ينمي واحدة أو كيف يساعد في العناية بالحديقة. حينئذ ينفتح أمامنا مجال للكلام. ومهما تكن حال المرء، فعندما يقف لمشاهدة الحديقة تبدأ مسيرة الاصلاح. انها كالبذور ذاتها: صغيرة في البداية لكن نتائجها كبيرة جداً."

ورؤية كورنتي متقاربة مع رؤية بروس دولنغ الذي يقول: "اذا تيسر لكل انسان أن يمتلك حديقة، فذلك أمر رائع. انها طريقة لتشجيع الفردية واكتشاف الذات."

وتلمع عينا دولنغ الزرقاوان وترتسم على وجهه بسمة: "إنه لأمر رائع أن نعطي بذرة لأنها لا تخرّب. وحتى إن رميتها بعيداً، فقد تدهشك عندما تنبت أمام بيتك وتفوز بقلبك من جديد."

هنري هيرت

Photo: Johnny Morrell

عازف البيانو
آرثور روبنشتاين
اذهل العالم بادائه
وبعث البهجة
في النفوس

أيـام مَع روبنشتاين

التقيت آرثور روبنشتاين للمرة الاولى في طوكيو عام ١٩٦٦. كان مدعواً الى العزف مع الاوركسترا السيمفونية "يوميوري نيبون"، وكان علي انا قيادة الاوركسترا. قبل يوم من التمرين الأول، بلغني انه يود مقابلتي. صعدت إلى شقته في الفندق، تنفست عميقاً قبل ان اقرع باب غرفة المايسترو. فتح الباب فاطل الوجه الذي اعرفه تماماً من اغلفة الاسطوانات. قال بصوت مرتفع: "كنت في انتظارك

Copyright © 1981 By Hiroyuki Iwaki. Condensed from «Conductor's Cafteria», published by Bungei Shunju Ltd., Tokyo. Illustration: John Richards

يا سيد ايواكي." واذ شعرت بتوتر حال بيني وبين مصافحته، انحنيت امامه احتراماً.

في شقته، شعرت بوجهي يشحب اذ راودني انه قد يطلب مني ان اؤدي دور الاوركسترا في التمرين. غير انه، لحسن الحظ، سار في محاذاة البيانو الى الغرفة المجاورة.

قال لي حين جلسنا: "ارجوك ان تبدي اي ملاحظات تخطر لك حول طريقة عزفي، اني اتعلم الكثير من قادة الفرق الموسيقية الذين يشتركون معي."

بت ذاهلا. لم يسمع قبل بمايسترو كبير يلتمس النصيحة من مبتدىء او يكاد، حتى وان قصد بها المجاملة فحسب. تحادثنا لبضع دقائق عن الطعام والشراب. في نهاية المطاف ادركت ان روبنشتاين لم ينو الخوض في موضوع الحفلة الموسيقية اطلاقاً، بل هو ود ببساطة ان يتعرف الى قائد الفرقة الشاب.

ما لبث ان نظر إلى الحجرة المجاورة حيث جلست زوجته وابنته البالغة واحداً وعشرين عاماً. وقال في صوت خفيض: "سيد ايواكي، لا بد انك في اوسط الثلاثين من عمرك. انا لم افكر بشيء قط سوى النساء حتى بلغت اوسط الاربعين، حيث استحوذت علي الموسيقى كلياً. في مثل سنك لا ينبغي ان تقع في غرام الموسيقى فقط." وانفجر روبنشتاين السبعيني ضاحكاً.

وفيما دنا موعد التمرين، غدوت اكثر توتراً. خلال ثلاثة ايام سنتدرب على كونشرتو (★) لتشايكوفسكي، ومعزوفة "الامبراطور" والسيمفونيتين الثالثة والرابعة لبيتهوفن، والسيمفونية الثانية لشوبان، والسيمفونية الثانية لسان سانس، ومقطوعة موزار D Minor وكونشرتو A Minor لشومان وهذه تشكل قسماً من ذخيرة الالحان في جعبة روبنشتاين؛ وكان في وسعه اذا أعطي اشعاراً للحظة ان يعزف اياً منها، فيما انا لم اقد قبلا فرقة تؤدي الحاناً لشوبان أو سان سانس. كانت مقطوعة شوبان، خصوصاً، صعبة، ولم يدر بخلدي وفي احلامي الاكثر جموحاً اني ساقود ذات يوم، بمصاحبة روبنشتاين على البيانو، عازفين لموسيقى طالما تعمدت اجتنابها.

وكان للمايسترو موقف نبيل اثناء التمارين. اذ قال انه لا يهوى العزف منفرداً، ولا يحس بالجدية من دون جمهور. وفي اعتقاده ان كل حفلة موسيقية يشارك فيها ليست سوى تمرين واعداد للحفلة الآتية. وقد اخبرني انه "كلما ازداد حشد الناس في البيت، بات في وسعنا ان نتمرن على نحو اكثر جدية."

موسيقى البعوض – وصلت باكراً الى "قاعة وينو متروبوليتان" بطوكيو، لاجراء التمارين، وأخذت اراجع في قلق نصوص المعزوفات الموسيقية حين سمعت قرعاً على الباب. دلف روبنشتاين مبتهجاً: "صباح الخير ايها المايسترو."

استرحنا بعد التمرين. ورغب روبنشتاين في قهوة، فاقترح عليه احد الحضور مشرب الرواق. كان المشرب

(★) لحن يعزف على آلة منفردة او اكثر بمصاحبة الاوركسترا.

مكتظاً وضاجاً، لكن روبنشتاين لم يبال. وفيما الجميع يحدقون اليه، كان هو يتابع حديثه جذلا.

بعد حفلتين قدمناهما في قاعة وينو، تدربنا على اداء الحفلة المقررة في "قاعة نيبون بادوكان" الفسيحة. داخل المبنى، انحدر سرب من البعوض منقضاً على الاوركسترا بكاملها، بمن فيها روبنشتاين وأنا.

الاستهلال كان معزوفة "الامبراطور" لبيتهوفن، مطلعها نغم مثير على البيانو. ثم تابعت الاوركسترا عزفها فيما توقف البيانو إلى حين. وفيما الاوركسترا تعزف، تناهى إلى سمعي صدى تصفيق متقطع ليدين من جانب البيانو. واذ غدا صوت الاوركسترا مدوياً، علا التصفيق؛ وفيما شرعت الاوركسترا تعزف لحناً خفيضاً، انخفض التصفيق. كنت لا ازال بالغ التوتر حتى اثناء التمارين، فلم اجرؤ على النظر بعيداً عن الاوركسترا.

لكني، قبل موعد عزف البيانو ثانية، اوقفت الاوركسترا قليلا فأتاني روبنشتاين من بعيد معلناً بحبور: "لقد قضيت لتوي على اعداد من البعوض اكثر من ذي قبل، ثلاثين بعوضة."

بعد ست سنوات، كنت اقود اوركسترا لاهاي، فطلبت من روبنشتاين ان يشاركنا في العزف. فبلغني انه اقسم، بعد اداء سابق، الاّ يعزف ثانية مع تلك الاوركسترا. غير انه اشبع غروري بقبوله العرض.

منذ لقائي الأول وروبنشتاين، استمر عزفه بالتطور والتحسن. حقاً لا يمكن وصف موسيقاه بغير الاعجوبة. ومع ذلك كان يخطىء بين حين وآخر.

عدو العقاقير - في احدى حفلات لاهاي، شرع عزف روبنشتاين يتداعى في الحركة الثانية من كونشرتو شوبان. وغدا الأمر اكثر جلاء في الحركة الثالثة. حين فرغ انحنى بشدة أمام الجمهور مغمغماً: "انا آسف كثيراً." بالطبع لم يسمعه الجمهور وحياه وقوفاً.

لدى عودته الى غرفة الملابس، كان روبنشتاين غاضباً وكانت عيناه متقدتين. سألته: "ما الامر؟ لا يجدر بنا ان نغضب." فصاح: "احضر لي بعض القهوة... خمسة اكواب." واستمر في الصراخ فيما انا أحاول تهدئته. اخيراً علمت انه كان مصاباً باعراض زكام ذلك الصباح. واذ قلقت زوجه لحاله، استدعت طبيباً.

دمدم روبنشتاين: "هذا الطبيب اصغى إلى دقات قلبي، نظر في حلقي، واعلن اني مصاب بزكام شائع. ثم دس بعض الاقراص في فمي وذهب."

كان المايسترو يمقت تناول العقاقير. بعض الاقراص المعالجة للزكام تجعل المرء نعساً، ولا ريب في ان هذا ما جعل عزف روبنشتاين متداعياً. يقيناً إنه فكر على هذا النحو.

احضرت خمسة اكواب مترعة بقهوة سوداء فصبها كلها في حلقومه. فناشدته: "كوبان فقط يا مايسترو."

قال: "لا شك في ان الناس ظنوا اني انتهيت بعد سماعهم عزفي المروع لموسيقى شوبان، سأريهم..."

بعـد الاستراحـة، بدأ روبنشتـاين بموسيقى بيتهوفن. كان اداؤه ممتازاً. عزف وكأنه افتى بأربعين عاماً. شرعت اراقبه حابساً انفاسي فيما هو يهم بمغادرة المسرح، ليُستدعى مرة تلو أخرى بصيحات مرتفعة من الاطراء: "برافو."

معظم عازفي البيانو يعلمون بدقة ما ستكون الاعادات، فيتدربون عليها. غير ان روبنشتاين كان يعزف كل ما يخطر.

وفيما المايسترو على وشك العودة للمرة الخامسة، القى مدير الحفلة معطفاً على جسمه دلالة على انتهاء الحفلة، لكن الجمهور لم يرضَ بذلك. فعزف روبنشتاين متدثراً بمعطفه مقطوعة حالمة لشوبان.

قال بفرح حين انتهت الحفلة: "لقد اريتهم ما قصدت". ذهبنا إلى حفلة في مطعم. لم يتوقف روبنشتاين عن الكلام، كان سعيداً جداً فايقنت انه سيمنحني سيجاراً من مجموعته الهافانية الخاصة. تركت مقعدي منسلا وراءه واصطدت سيجاراً من جيبه. كان مشغولا فلم يلحظ ذلك.

عندما عدت، لوّحت له بالسيجار فانفجر ضاحكاً وقال: "علمت ان هذا سيحدث، لذا احضرت سجائر اضافية." وسرعان ما حصل كل من الحضور على سيجار.

الاشهر الاخيرة - لاكثر من ٦٠ عاماً، سلب روبنشتاين الباب محبي الموسيقى في ارجاء العالم. زرته مع زوجتي للمرة الاخيرة في فبراير (شباط) ١٩٨٢. كنت اقود فرقة زوريخ ونمي إلي انه نزيل أحد الفنادق هناك. حينما فُتح لنا باب غرفته، ابصرت رجلا ضئيلا ضعيفاً يجلس وحيداً على اريكة. حدق الينا بنزق، نحن المتطفلين اللذين لم يتعرف اليهما تواً. كان روبنشتاين متقاعداً منذ خمس سنين حينما اصبح بصره واهناً، اما يداه العظيمتان فقد ذوتنا الآن.

انهمرت دموعي اذ تصافحنا. أردت ان أكفكفها من دون ان يشعر هو بها. لكن يديّ كانتا تقبضان بشدة على يديه. سقطت دمعة على يده. فقال مبتسماً: "قد تجاوزت الخامسة والتسعين ولا أشعر هل انا افضل أو اسوأ حالا لتقدمي في السن."

الزائر لا ينتحب، لذا حاولت جاهداً أن ألهي نفسي باخباره عن أمور مسلية حدثت زمن مرافقتي له.

احضرت زوجتي دفتر تواقيع للذكرى. وقبل ان نغادر وقع روبنشتاين اسمه ببطء بالغ؛ مدوناً التاريخ من دون تردد. كان من عادتي ان اسأل عن التاريخ غير انه كان يعرفه تماماً. إنه يحصي أيامه من دون ريب، عارفاً تماماً انها معدودة.

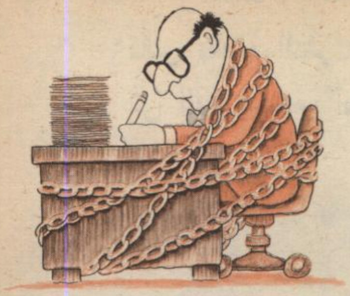
آرثور روبنشتاين العازف الموهوب، والرجل الذي تشع السعادة من داخله، توفي بعد اشهر في ١٠ ديسمبر (كانون الاول) ١٩٨٢.

هيروكي ايواكي

قائد اوركسترا ملبورن السيمفونية في اوستراليا.

لن تكون لنا سعادة اذا اختلفت الامور التي نفعلها عن تلك التي نؤمن بها.

ف.س.



حديقة افكار

□ حسنٌ ان تعطوا اذا سُئِلتم. والاحسن ان تعملوا بوحي من انفسكم فتعطوا من غير ان تسألوا.

جبران خليل جبران في كتاب "النبي"

□ المعرفة تنام ملء جفونها في المكتبات، اما الحكمة فموجودة في كل مكان، يقظة متيقظة، تمشي على رؤوس أصابعها.

هنري ويلر شو، فكاهي ومحاضر أمريكي

□ لا يفتأ الأهل يتحدثون عن جيل الشباب كما لو أنهم لم يمتّوا اليه بأي صلة.

ف.و.

□ لا سياج يطوّق الزمن الذي مضى. ففي وسع المرء ان يعود ويحصل على مراده ان تذكّره جيداً.

ريتشارد لولين، روائي بريطاني

□ استعِر المشاكل لنفسك ان كان طبعك يملي عليك ذلك، ولكن لا تعرها أبداً الى الآخرين.

روديارد كيبلينغ، كاتب بريطاني حائز جائزة نوبل

□ أن تكون حكيماً واسع الاطلاع بحيث تلازم بيتك عندما ينهمر المطر، لهو خطأ فادح. فقد توفر لك حكمتك الدفء والسكينة، لكنها تفوّت عليك فرصة التمتع بعالمٍ من الجمال.

أدلين ناب

□ ما من صوت يختزن ضغينة ومكراً وتوقاً الى الاغاظة، في حيز صغير، كما يفعل طنين البعوض.

السبث هاكسلي

الدجاج والسمك والبطاطا في مطاعم الوجبات السريعة تقلى بشحم البقر مما يرفع مستوى الكولسترول في الدم ويسبب أمراض القلب والاوعية الدموية

حَذار الدهُن في الوجبَات السّريعَة

هل تطلب شطيرة دجاج لو علمت أنها تحتوي على كمية الدهن نفسها الموجودة في ثلاثة أرباع ليتر من الجيلاتي (آيس كريم)؟ الجواب على الارجح لا. فمعظمنا مهتم لصحته. وقد بتنا نتحاشى اللحم الأحمر الغني بالدهن المشبع ونتناول الدجاج والسمك ونستخدم المرغرين (١) بدل الزبدة ونقلي الأطعمة بالزيوت النباتية الخفيفة.

لكننا في المقابل نتناول الأطعمة السريعة أكثر من أي وقت مضى. فملايين الاشخاص يطلبونها في المطاعم يومياً. واستجابة لاذواقنا المختلفة أمَّنت لنا هذه المطاعم قطع الدجاج وشرائح السمك، نلتهمها بسعادة ظناً منا أننا اخترنا وجبة صحية ذات محتوى دهني منخفض.

ولكن إيَّاك والركون الى هذا الوهم. فالدجاج والسمك يقليان عادة بشحم البقر، وهو دهن يشذب من قطع اللحم ويحول سمناً. والشحم ليس دهناً فحسب، بل انه أسوأ ضروب الدهن. وهو غني بالاحماض الدهنية مما يسبب ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم.

"مركز العلوم العامل من اجل المصلحة العامة"، وهو تجمع للمستهلكين في مدينة واشنطن، أثار أخيراً موجة عارمة من القلق حين كلّف الدكتور فرانك ساكس من كلية الطب في جامعة هارفرد أن يفحص عينات من البطاطا المقلية المأخوذة من مطاعم الوجبات السريعة. واكتشف ساكس أن معظم تلك المطاعم يقلي البطاطا بدهن مكون في غالبيته من شحم البقر.

وفي دراسات لاحقة برهن الدكتور ساكس أن مستويات الاحماض الدهنية في بعض أطباق الدجاج والسمك تقارب لحم البقر أكثر من الدجاج

(١) المرغرين سمن صناعي نباتي.

© 1986 by Michael H. Brown. Condensed from Science Digest (April '86), New York, N.Y.

والسمك. وبحسب تقديرات أرباب الصناعة أنفسهم تحتوي شريحة الدجاج في مطاعم "برغر كينغ" على ٤٢ غراماً من الدهن، أي ما يعادل الكمية الموجودة في ثلاثة أرباع ليتر من الجيلاتي.

ويحذر الدكتور ساكس من أن "أكل الدجاج أو السمك في مطعم للوجبات السريعة قد يكون سيئاً كأكل لحم البقر. فالمحتوى المعتدل للاحماض الدهنية في الدجاج والسمك يرتفع كثيراً لدى قليهما بشحم البقر." وتضيف بوني ليبمان مديرة التغذية في مركز العلوم: "في كثير من الاحيان تحوِّل المطاعم السريعة الطعام الجيد سيئاً."

ونتيجة فورية لابحاث مركز العلوم تنادى أكثر من مئة عالم أمريكي وعمداء كليات طب مرموقة ووقعوا عريضة تحض المطاعم على التوقف عن القلي بالدهن المشبع وتقديم تشكيلة أوسع من المآكل المخبوزة والمشوية المنخفضة الدهن والافصاح عن محتويات مآكلها (٢).

ويفيد الدكتور دانيال ليفي مدير مختبر القلب والاوعية الدموية في مركز فرامينغهام لابحاث القلب في مساتشوستس: "أذهلني كيف تستخدم المطاعم شحم البقر في هذا العصر على رغم كل الوعي الصحي المتوافر. انه اختيار سيىء. ولو غيرت هذه المطاعم اساليب تحضير أطعمتها لأنقذت حياة الالوف سنوياً. فالأطعمة السريعة هي أسلوب حياة للكثيرين، وهي كذلك أسلوب موت."

ومصدر القلق الاعظم هو المواد الدهنية المشبعة التي يعرف عنها انها ترفع مستوى الكولسترول لدى بعض الأشخاص. والوجبات الغنية بالكولسترول والدهن الحيواني ربطت بالعلل القلبية التاجية، كذلك بتصلُّب الشرايين حيث يؤدي الكولسترول والرواسب الاخرى في الشرايين الى تضييق مجاري الدم. واستناداً الى جمعية القلب الأمريكية فان علل القلب والاوعية الدموية مسؤولة عن وفاة مليون شخص سنوياً في الولايات المتحدة وحدها.

وفي العام ١٩٨٤ استهلكت المطاعم في الولايات المتحدة أكثر من ٥٠٠ مليون كيلوغرام من شحم البقر ومعظمها في عمليات القلي. ومن حسنات الشحم أنه رخيص الثمن ولا ينحلّ بتأثير الحرارة المرتفعة كما الزيوت النباتية، وهو لذيذ المذاق أيضاً. ويقول تيري كاباتوستو الناطق باسم "ماكدونالد": "نحن نستخدم مزيجاً من السمن النباتي والسمن الحيواني لانه يولد المذاق الشهي الذي يتوقعه زبائننا."

ولكن يبدو أن هذه النقاط الجيدة يحجبها القلق من أن الشحم يرفع مستوى الكولسترول في الدم فيساهم في زيادة علل القلب والاوعية الدموية. ويختلف العلماء حول تحديد تأثير الدهون المتنوعة في الجسم. فبعض الدراسات يشير الى أن الدهون المتعددة غير المشبعة (٣) كتلك المتوافرة في زيت العصفر، تقلل نزوع الجسم الى انتاج الكولسترول وتزيد الى حد ما نسبة انحلال

(٢) تحول "برغر كينغ" أخيراً الى استعمال الزيوت النباتية مئة في المئة في جميع المقالي ما عدا البطاطا.

(٣) Polyunsaturated Fats

الكولسترول وافرازه. وتزعم دراسات أخرى أن زيت الزيتون الغني بالدهون الاحادية غير المشبعة (٤) يخفض مستوى الكولسترول كذلك. لكنَّ الدهن في كل أشكاله يبقى دهناً، ولطالما حذَّر علماء التغذية من الافراط في استخدامه في الطعام. ويؤكد الدكتور وليم كاستيلي المدير الطبي لمركز فرامينغهام: "اخفضوا استهلاككم الاجمالي من الدهن، وانتهى الامر."

وتنصح وكالات عدة باقتطاع ٢٥ بالمئة من نسبة الدهن في طعام الفرد، وهذا يعني خفض معدل تناول الدهن يومياً من ٨٩ الى ٦٧ غراماً. ويلاحظ ليبمان: "بعض الأطعمة السريعة يحتوي على ٦٧ غراماً من الدهن في وجبة واحدة. فأنت تأكل الهمبرغر المدهن، ويزاد الجبن مضيفاً كميات أخرى من الدهن، أو تأخذ شطيرة همبرغر مزدوجة وجبناً مزدوجاً تضاف اليهما الصلصات المحضرة أحياناً بالمايونيز."

في الواقع تظهر أرقام كل من مركز العلوم ومطاعم "ماكدونالد" أن علبة البطاطا المقلية تحتوي على ١١،٥ غراماً من الدهن، وهي سدس الكمية اليومية القصوى التي ينصح بها مركز العلوم وأكثر مما تحويه شريحة همبرغر. وفي حين أن كل ٣٢٠ مليليتراً من الشوكولاتة المخفوقة بالحليب تحوي ٩ غرامات من الدهن، فان شريحة "بيغ ماك" تحوي ٣٤ غراماً. أما في مطاعم "برغر كينغ" فان شريحة "ووبر" المزدوجة مع الجبن تتضمن ٧٠ غراماً من الدهن على الأقل.

وينصح المعهد الأمريكي الوطني للسرطان بخفض تناول الدهن. وجاء ذلك بعد دراسات أظهرت أن الناس في بلاد كاليابان، حيث وجبات الطعام التقليدية منخفضة المحتوى الدهني، يتعرضون للاصابة بسرطان الثدي والبروستات والقولون والبنكرياس بنسبة أقل من الذين يتناولون الوجبات الغربية.

وفي مواجهة نصيحة كهذه وانذارات كتلك تواصل المطاعم تقديم الاطعمة المقلية بالشحم.

(٤) Monounsaturated Fats

مايكل براون

كلب في الحجز

في نهاية النهار أوقفت سيارة الدورية أمام مركز الشرطة. وفيما أنا أجمع حوائجي أخذ كلبي البوليسي ينبح. وتقدم مني صبي سألني باهتمام: "هل ذاك الذي في المؤخر كلب؟"

أجبته: "انه كلب بكل تأكيد."

فبانت عليه الحيرة وأخذ يلتفت تارة الي وطوراً الى مؤخر السيارة ثم سألني: "وماذا فعل كي يستحق الحجز؟"

ل.ش.

صورة التقطت في العام ١٩٦٩. وهي تجمع برج إيفل واحصنة الاطفال الخشبية التي تزدان بها حديقة "شان دو مارس."

بَاريسْ دوانوْ

مصوّر شهير يستكشف المدينة التي يحب

روبير دوانو هو مصور باريس الذي عرضت أعماله فحظيت برواج كبير في باريس وبروكسيل وموسكو وبال ونيويورك وشيكاغو. نشر نحو ٢٠ كتاباً معظمها عن باريس. عمل سنوات في "رافو" احدى كبرى وكالات التصوير الفرنسية، وفترة قصيرة مع مجلة "فوغ" الشهيرة. من مواليد ١٤ ابريل (نيسان) ١٩١٢ ولا يزال يتمتّع بحيوية فائقة. وهو يترك آلة التصوير الآن ليخط بقلمه لقراء "المختار" صورة ذاتية عن شخصه كفنّان.

إن الصور القليلة التي ما زالت ماثلة في ذاكرتي وتشع من حين إلى آخر هي تلك التي التقطتها خلسة في اطار عملي خلال ساعات الدوام.

لا، لم أفعل ذلك بملء إرادتي. فأنوار الصباح كانت تبعث فيَّ النشاط من دون أن أتكبّد عناء التفكير في ذلك. فهل يعقل أن أعشق ما كنت أراه؟ لم أسأل نفسي أبداً هذا السؤال، لأن المرء إذا حطم الساعة المنبهة لما أمكنه أن يعرف الوقت بالتحديد.

على مدى نصف قرن جبت شوارع باريس المعبّدة بالحصى، وبالاسفلت في ما بعد، ضمن تمرين لا يستدعي قدرات جسدية فائقة، فباريس ليست لوس أنجلس والحمدلله، والتجوّل فيها سيراً ليس دليل فقر.

أضف إلى ذلك أن الرحلات الطويلة غالباً ما كانت تقلقني. ولم أكن لأطيق

توازن لافت في صورة التقطت عام ١٩٥٠ وتظهر فيها ساحة "فير - غالان" في جزيرة "إيل دو لا سيته."

نظرات الازدراء التي يوجّهها إليّ أبناء باريس. فأنا من مواليد المدينة وأضيع وسط الجمهور. كما أني أشكّل جزءاً من الاطار العام بحكم كوني فرنسياً عادياً معتدل القامة لا يملك أي علامة فارقة. بالطبع هناك آلة التصوير، لكن مثيلاتها كثيرة في كل مكان. وأنا شخصياً أتفادى إبرازها فأحملها بحياء ليسهل اختفائي وسط الزحمة.

أحببت التمتع بالتوقف هنا وهناك علماً أن تلك المتعة هي من الكماليات النادرة في مدينة تضج بالحركة. ويعتبر مقداماً من يجرؤ على التوقّف أو البقاء جامداً لعدة دقائق. فكيف بمن يقف لمدة ساعة أو ساعتين وكأنه تمثال من دون منصة؟ من المضحك كيف أن أمراً كهذا يستقطب كل من تنقصه حاجة.

"هل تملك مفتاح سدادات؟"

"هل تتكلم الفرنسية؟"

"هل رأيت كلباً أبيض ذا طوق أحمر؟"

أسئلة تترامى الى مسمعي في الزحمة فأجيب بلباقة مستساغة على رغم استيائي من إزعاج الآخرين، إذ لا بدّ من توافر حدّ أدنى من التركيز قبل رؤية أي أمر بوضوح كاف لتصويره من ثم.

فالمشاهدة تشبه تكوين المرء مسرحاً صغيراً بما تيسّر له من سبل، ثم يقبع منتظراً الممثلين. من تراه ينتظر؟ لست أعرف لكنني كنت أنتظر.

وغالباً ما كنت أبدّل طريقي خوفاً من أن أقع في شرك العادة المريحة. ومن الخبرة أدركت أن الظهور في الجادات الكبرى ذو فاعلية إنتاجية مميّزة. ففي المواضع التي تشهد تألّم البشر، الذي أعتبره زاخراً بالنبل، تأتي الحركات اليومية في الحياة العادية ببساطة. لكنني قلّما وجدت لذّة في اكتشاف مناطق لم تعرف الطرق المسدودة، فهناك حياة غير مرئية تخفيها حركة سرّية.

بعد يوم من التجوّل أحببت أن أستريح في مقهى "مصرف فرنسا" حيث يمكنني أن أرى صورة "نبع الأبرياء" منعكسة في

المعالم تزول الواحد تلو الآخر. هنا مقصف في منطقة "لي هال" بباريس خلال العام ١٩٥٣.

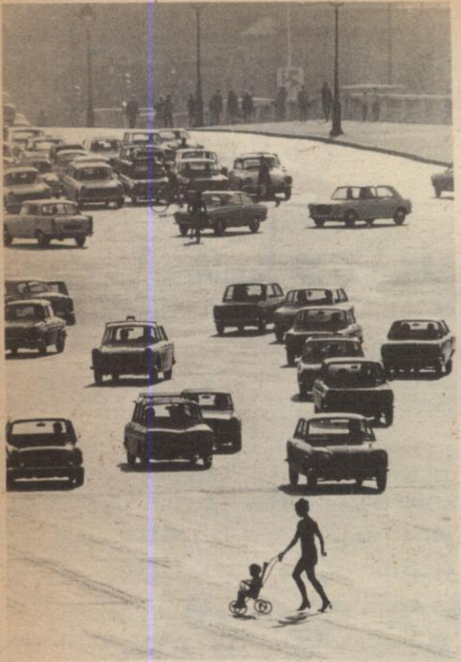
من ذكريات ١٩٤٧ سيارة طريفة متوقّفة أمام مربع "لو تابو" الليلي في سان جيرمان دي بري.

زوجة بوّاب (١٩٤٥).

كأس الشراب الذي أتناوله والذي قطّره جان سيتور. أما الحمائم في الساحة فكانت تتهافت على فتات الخبز المتناثر تحت طاولتي.

واليوم تلاشى المقهى، وجان سيتور ذهب إلى غير رجعة.

ولطالما تلقّيت طلبات مغرية وخصوصاً من السيدات: "كم أتمنّى مرافقتك في نزهاتك لأنها لا بدّ مثيرة جداً." وكنت أردّ الطالبين خائبين. لماذا؟ كنت أخجل من أن يروا مدى تردّدي. كما أنه ليس من اللائق أن أترك سيدة تقف بجانبي ساعات طويلة.



باريس مدينة الحركة في صورة عن جسر الكونكورد (١٩٦٩).

أما النقاط التركيزية فكنت أختارها استناداً إلى اعتبارات شخصية بحتة. بمعنى أني كنت أصعق بصورة فائقة التناغم في عناصرها بحيث تستأثر آنيا بكامل اهتمامي وتشكل ضالتي المنشودة التي ما زلت أبحث عنها. وفي مكان آخر لوّح لي صديق بيده قبل الاختفاء خلف زاوية الشارع.

لهذا السبب كانت المدينة تبدو لي أكثر من أي وقت مضى موطناً للأشباح.

وهناك سؤال ما برح يحيّرني: فكم مرّة بعد سأرى شجيرات الكستناء مزهرة في جادة أراغو؟

ايميه لوموان

مدخل قصر الاليزيه في العام ١٩٤٦.

كاتبة شهيرة
تشرك زميلاتها في الافكار التي هدتها
الى الصبر والسلوان

عندمَا فقدْتُ زوْجي...

عرفت أن زوجي لن يعيش طويلا وظننت نفسي مستعدة بالمقدار الكافي لهذا الأمر. لكني شعرت بالتمزّق والارتباك والخشية حين وافته المنية في العام ١٩٨٥. فلماذا أنهض من النوم؟ لماذا آوي الى الفراش؟ لماذا آكل؟ لم يعد هناك ما أعيش من أجله.

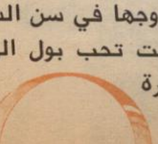
وبعد شهرين من وفاة روي كنت أقود سيارتي عائدة من بوسطن بولاية مساتشوستس التي تبعد حوالى ١١٥ كيلومتراً. تذكّرت تلك المرات الكثيرة أثناء مرضه حين قدت سيارتي بسرعة فائقة في تلك الطريق، مجازفة لأني تأخّرت وخاشية أن يكون جائعاً وغاضبة لأنه قلق عليّ. الآن أنا حرّة وغير مضطرة الى الاستعجال.

حرة! كانت الفكرة مذهلة وقويّة الى حد أني توقّفت الى جانب الطريق لأفكّر بهدوء. لقد كانت خسارتي مفجعة لكنها تركت لي حرية يجدر بي أن أستغلها.

كانت تلك أولى نقاط التحوّل الصغيرة التي ساعدتني تدريجاً على جمع شتات حياتي. فلا تتوافر علاجات سريعة لكارثة كهذه، لكن المثابرة تتيح المجال لقدرة الطبيعة البشرية على التكيّف وانقاذ الحياة.

الى أين ذهب؟ – بعض الأرامل لا ينجحن في التعامل وواقع حالهن. جاين التي توفي زوجها في مقرّ عمله قبل ثماني سنوات لم تستطع التغلّب على الشعور بالذنب إذ انها لم تكن بجانبه لتقول له كلمة الوداع الأخير. وقد أخبرتني ابنتها: "تعتقد أمي أنها مدينة له بالحزن والأسى الى الأبد. وحين عرضت عليها المساعدة ردّت: حتى أنت بدأت تنزعجين مني!"

وفي الجانب المقابل صديقتي القديمة مولي التي فقدت زوجها في سن الشباب قبل ١٦ عاماً. كانت تحب بول الى حد أنها رضيت مسرورة بأن يدير حياتها.



وحين توفي ظننّا أنها ستنهار. لكنها سرعان ما تقبّلت الأمر الواقع وسمحت لنا بإعطائها كلباً وهو ما لم يقبله بول في يوم من الأيام. كما سافرت وتعلّمت لعبة كرة المضرب. حتى انها قالت بجرأة: "إن كنت لا أستطيع استعادة بول فإني سأقوم بكل ما أحجمت عنه عندما كان لا يزال على قيد الحياة."

ويرى الجميع أن رحلة الحزن الطويلة تمرّ بمراحل معينة حدّدتها الدكتورة إليزابيت كوبلر روس في عملها الرائد بعنوان "عن الموت والاحتضار" (١) وطبيب النفس كولن موراي باركس في كتابه "الحرمان" (٢).

في الفترة الأولى شعرت بنوع من عدم التصديق وحتى بالانكار. روي لا يمكن أن يكون ميتاً، مع أنني كنت أعرف أن الواقع غير ذلك. فأنا وأفراد العائلة جميعاً خدمناه وهو يحتضر. وقد خفف عنه المورفين حدّة الألم. لكنه سرعان ما أسلم الروح كذرة غبار عبرت نافذة مفتوحة وهامت فوق حديقته المحبّبة. وهو حظي بأفضل الميتات. فلا ألم ولا هلع. ومع ذلك صدمتني حواسي لمجرّد الشعور بأنه لم يعد موجوداً.

همت على وجهي مرتبكة باحثة كما يفعل سواي، لعلي أحظى ببعض من صوته أو أرى طيف رأسه من الخلف. كنت أرتدي ثيابه وأجلس ساعات طويلة في كرسيه وأتنزه على الشاطىء سائلة الريح وطيور البحر: "ترى الى أين ذهب؟"

الخلاص من الندم – مع تقبّل الأمر الواقع نشعر بأسوأ أنواع الألم. وفي تلك المرحلة تشكل الدموع أفضل مخفّف للأسى. فاللواتي يبكين بسهولة هن أفضل حالا ممن يكبحن دموعهن. لكن كثرة الدموع قد تنتهي بساكبها إلى الغرق! فحتى عندما لا ننشج قد نبكي بصمت فتغطي الدموع وجهنا.

ثم تأتي مرحلة الغضب والرفض والسؤالين المعهودين: "لماذا هو؟ لماذا أنا؟" وهذه المرحلة تجعل الأرملة تثور على نصيبها وعلى الأطباء وحتى على زوجها المتوفى. فزوج برندا لم يفكّر يوماً في احتمالات الوفاة ولم يحدثها أبداً عن قضاياه المالية. وهكذا عندما وافته المنية تركها تتخبّط في مشاكل مالية حتى تراها تخاطبه: "كل شيء على ما يرام لديك. لقد نفذت من الفوضى وتركتني أتخبّط فيها."

على غرار كثيرات وجهتُ غضبي الى ذاتي حتى تحوّل شعوراً بالذنب. عذّبت نفسي بكل الأمور التي أخطأت فيها سواء أكانت حقيقية أم خيالية. لم أسمح لنفسي باستعادة الذكريات السعيدة الحلوة والأوقات التي كان فيها روي صعب المراس. ظلّ في مخيّلتي الحزينة صبوراً ولطيفاً في حين كنت أنا أنانية ومتسلّطة وسريعة الغضب.

مجنونة! لقد أمضينا معاً ٣٤ سنة سعيدة. ولكن لا يمكن أن يكون الأسى منطقياً والواقع أن الانسان في تلك المرحلة يخشى أن يقترب من مرحلة فقدان عقله.

والحمد لله، حصلت نقطة تحوّل جديدة.

---

(١) On Death and Dying

(٢) Bereavement

فقد رأيت روي في الحلم وأمرني: "إخلصي من الشعور بالذنب، لأن الندم يبعد ما بيننا." ولم يغب الشعور بالذنب للحال، لكني عدت أسمح لنفسي بالتمتّع بمشاعر الغبطة الشديدة وإن بلغت حدّ القفز من شدّة الفرح.

تحولات صغيرة - يعجب بعض الباحثين من أن معدلات الطلاق المتزايدة على نحو ملحوظ تجعل من الزواج مؤسسة بلا معنى. فليطرح هذا السؤال على أي أرملة. أن البشر، مثلهم مثل الحيوانات والعصافير، في حاجة الى العيش أزواجاً. وتشعر الأرامل بوحدة داخلية حتى أن كلمة "أرملة" باللغة الانكليزية "ويدو" مشتقة من كلمة "فيديوس" اللاتينية(٣) التي تعني الفراغ.

ومع خسارة الرفقة والأمان نخسر فجأة كل ثقتنا بأنفسنا. راكيل التي التقيتها يوم حاضرتُ في مؤتمر "الجمعية الوطنية للأرامل" ببريطانيا قالت لي: "كلما عمدت الى حجز مقعد ضمن رحلة سياحية فاني أفقد رباطة جأشي فألغي الحجز وأجلس في غرفتي في الفندق وابكي." وتضيف: "حتى عندما قدمت لحضور هذا المؤتمر الذي يضم مثيلاتي، ارتبكت أمام الفندق وبلّلني العرق ووقفت راجفة."

وقالت أخرى: "نادراً ما خرجت طوال سنة كاملة. بل قبعت في منزلي ولم أفعل شيئاً. وذات يوم رأيت وجهي المحطم في المرآة، فصرخت ثائرة ثم استحممت وغسلت ثيابي وقصصت شعري وأعدت تزيين المنزل ووجدت عملاً."

لا يحدث التعافي فجأة. فمعظم نقاط التحول صغيرة ومدعاة تجربة، إذ سرعان ما نشعر بعدها بالراحة فننام نوماً هادئاً في الليلة الأولى ثم تتحسّن الأمور.

ويؤكد كولن موراي باركس أن القيام بالأعمال التي كان يتولاها الزوج يشكّل جزءاً من عملية العزاء ويدخل في إطار إبقائه حياً داخلنا. روي كان يدفعني الى الجنون لفرط تشديده على لفّ خرطوم الماء بعد استعماله، وكنت أعبر عن احتجاجي بترك الخرطوم على الأرض بلا ترتيب. أما الآن وبعد ساعات "علاجية" طويلة في الحديقة، وجدتني لاشعوريا ألف الخرطوم بطريقة مرتّبة. شعرت بزوجي قريباً مني. وبدلا من أن أفكر: لماذا هو ليس بجانبي ليؤدي هذا العمل أو ذاك؟ وجدتني أفكر: حسن أني تعلمت منه تأدية هذا العمل.

تدرّج الى أعلى - من مراحل التعافي التخطيط للحياة المستقبلية واتخاذ قرار في شأن البقاء في المنزل القديم. ويتباين شعور السيدات في هذا المجال. فصديقتي القوية مولي بقيت "لأن بول لا يزال في المنزل الذي بنيناه معاً." في حين أن صديقتي الثانية آنا انتقلت من فورها الى منزل جديد لأنها "لا تريد العيش مع الأشباح."

أما أنا فقد نصحني بعضهم بالبقاء في بيتنا لمدة سنة، لكني أدركت قبل ذلك بوقت طويل أنه يتعيّن عليّ بيع البيت الذي أقمنا فيه نحواً من ٣٢ سنة. فهو لم يبدُ انه لي، بعدما كان لنا. فآثرت العودة الى جذوري الانكليزية.

(٣) «Widow» from «viduus»

واليوم أنا وحيدة ولكن يبقى روي جزءاً من ذاتي. أقطن في كوخ في بركشاير داونز، ولي عملي وأصدقائي وعائلتي والجمال الأخّاذ لحقول الذرة والمراعي حيث فاقت الأوقات الحلوة اللحظات الصعبة التي عشتها.

ولا تشكّل استعادة السعادة نقصاً في الوفاء لمن فقدنا. ولعل أبرز نقطة تحوّل توصّلت إليها القدرة على التحدّث عن روي وتذكّره كما كان في الحقيقة من دون أن أحجب الذكريات الرائعة من حياتنا.

ورد في كتاب "حقائق الايمان"(٤) للمؤلف كانون سكوت هولاند: "الموت لا شيء أبداً. فكأنني انسللت الى غرفة مجاورة. أنا أنا، وأنت أنت، وما كان أحدنا للآخر يبقى إلى الأبد..."

(٤) Facts of Faith

فالموت هو تدرّج الى مستوى أعلى يضيع فيه تملّك الحب والأنانية والغيرة والاستياء مع التخلّي عن الجسد. فلروح روي مهمات جديدة، كذلك الحال بالنسبة إليّ: علي الافادة الى أقصى حدّ ممكن ممّا تبقّى لي من أيام حتى أنضم إليه في الغرفة المجاورة.

مونيكا ديكنز

الكاتبة هي حفيدة حفيد الروائي البريطاني تشارلز ديكنز.

محاضرة بلا حضور

على رغم الثلج والبرد الشديدين تمكنت الاستاذة المحاضرة من الوصول في الوقت المحدد لالقاء محاضرة في قاعة جامعية. لكنها لم تجد هناك الا مستمعاً واحداً. وعندما تبين لها أن أحداً لن ينضم اليه أنهت المحاضرة وتهيأت للانصراف. فصاح بها المستمع الوحيد: "هاي! الى أين أنت ذاهبة ولما تنهي المحاضرة بعد؟"

أجابت: "سأكون المحاضِرة التالية."

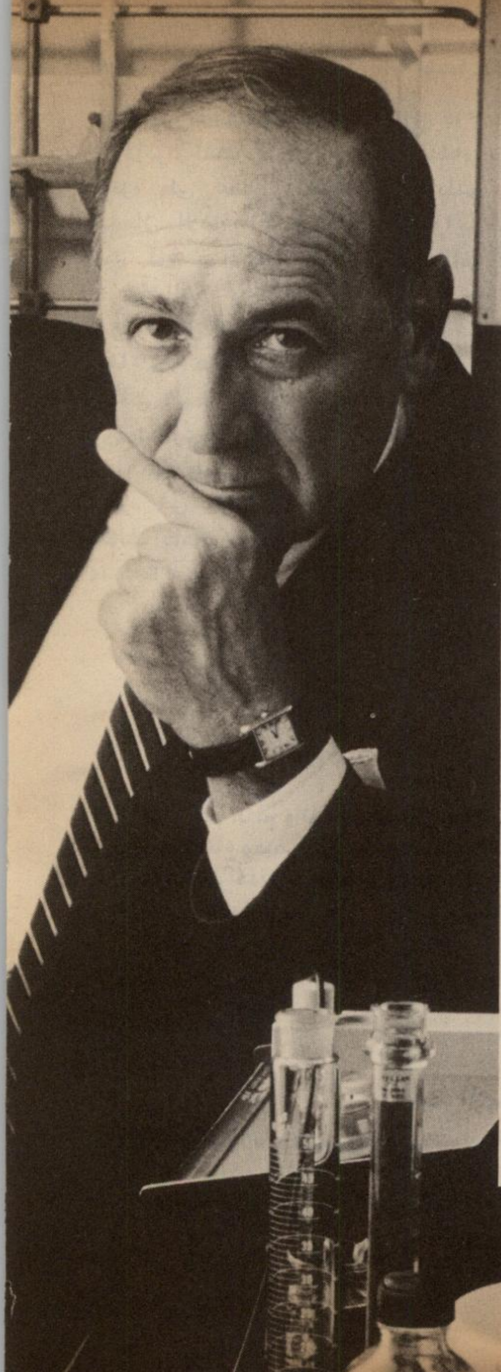
ج.ك.

عند الامتحان...

كان الطلاب يعبرون عن قلقهم لاقتراب امتحانهم النهائي في الفيزياء. وامعاناً في إقلاقهم أخبرهم طالب متخرج: "سمعت أن أحدى المسائل في الامتحان تقضي بابتكار آلة تعمل خلفياً بعكس الوقت."

فرد أحدهم على الفور: "اذاً سنتقدم الى الامتحان قبل ساعة من الوقت المعين، ونقول للاستاذ اننا أكملنا فحصنا."

ج.ك.



هذا المسؤول عن سلامة الانتاج في احدى الشركات الكبرى ليس بالرجل الذي يطيع أوامر رؤسائه من دون اعتراض. انه ضمير الشركة، وقد أثبت أن المبادىء العالية والاخلاق القويمة مفيدة للجميع

السَيِّد «لا» عند جيليت

لدى روبرت جوفاكيني مشكلة شمّ، وهي أن بعض الاولاد يشمون سائل تصحيح الكتابة المعروف بـ"ليكويد بايبر"(١) لكي يشعروا بالنشوة وكأنه مخدّر. وبما أن شركة "جيليت" تصنع هذا السائل فان مشكلة الشم تقع على عاتق جوفاكيني بصفته نائب رئيس الشركة لشؤون سلامة الانتاج.

---

(١) Liquid Paper

شركة جيليت لا تترك جزءاً من جسم الانسان الا ويحظى باهتمامها. فهي تنتج الشامبو ومعاجين الحلاقة ومستحضرات التنظيف والبودرة ومزيلات الرائحة. ولا يسوق أي صنف من مصنوعاتها الثمانمئة من دون موافقة جوفاكيني.

درج الاولاد لسنوات على التماس النشوة بتنشق بخار الغراء والبنزين ومرقق الدهانات. وبرزت هذه المشكلة عام ١٩٦٧ حين علم جوفاكيني أن أولاداً كثيرين يشمون رذاذ قوارير "آروسول" (٢) التي تحتوي على رشاش للشعر ومزيل للرائحة من صنع جيليت. وفي العام ١٩٧٠ كان عدد من الصغار مني باصابات خطرة ومنهم من مات على اثر شم مواد آروسول.

عندئذ بدأ جوفاكيني يلصق تحذيراً على علب جيليت بعدم استنشاق محتوياتها لانها ربما كانت "ضارة أو مميتة." ولم يرضِ هذا التدبير قسم التسويق في الشركة بحجة أن كلمتي "ضارة" و"مميتة" لا تستعملان في مبيعات مواد مزيلة لرائحة العرق. لكن ادارة الدواء والغذاء في الولايات المتحدة تستعمل العبارة ذاتها في التحذير الالزامي الذي تفرضه على ملصقات جميع علب آروسول لمستحضرات التجميل.

وبدا أن هذا التدبير خفف خطر المشكلة. لكن الاولاد تحولوا الى شم رذاذ الدهان ومرقق الدهان ثم الى سائل تصحيح الكتابة من صنع جيليت. وبحلول ١٩٨٣ كانت الشركة تتلقى ما معدله خمس شكاوى في الاسبوع من أن الصغار ضبطوا وهم يشمون هذا السائل. فعمد جوفاكيني الى وضع التحذير على العلب التي تحوي المادة ولكن من دون جدوى. عندئذ مزج زيت الخردل مع تركيبة "ليكويد بايبر"، وهذا الزيت يسبب سيلان الانف والسعال للذين يتنشقونه، وهو أيضاً تسبب في قليل من البكاء في قسم التسويق بالشركة. لكن زيت الخردل أثبت فاعليته بدليل أن شركة جيليت لم تعد تتلقى سوى شكوى أو اثنتين في بضعة أسابيع.

ضمير الشركة – مع ما في تلك المشكلة من خطر فان شم "ليكويد بايبر" ليس بذي أهمية تذكر بالنسبة الى شركة جيليت، التي حققت أرباحاً عام ١٩٨٥ بلغت ١٦٠ مليون دولار وباعت منتجات بقيمة ٢،٤ مليار دولار. فكثير من الشركات الكبيرة تود لو بادلت مشاكلها بمشاكل جوفاكيني. لكن هذا يشعر بقليل من العزاء عندما يطّلع على العقبات التي تعترض الشركات الأخرى. فشركة "بروكتور أند غامبل" سحبت من السوق حشواتها القطنية(٣) بعدما نسبت اليها مجموعة أعراض تسبب الصدمة والتسمم. كذلك سحبت شركة أ.هـ. روبنز انتاجها "دالكون شيلد" الذي يستعمل داخل الرحم لمنع الحمل.

لقد أصبح جوفاكيني الضمير الحي لشركة جيليت باستباقه حدوث الاسوأ وليس بتطلعه الى حدوث الاحسن. وبحسب تقديره فانه ينفق في معالجة

(٢) آروسول (aerosol) مواد رذاذية توضع ضمن قوارير رش (spray).

(٣) Tampons

Condensed from Boston Magazine (November '86), © 1986 by Boston Magazine, Inc. Boston, Mass. Photo: Carol Fatta

مشكلة "ليكويد بايبر" عشرة في المئة من كل اثنتي عشرة ساعة يقضيها يوميا في عمله الذي يداومه ستة أيام في الاسبوع. ويقول ان الدافع المنطقي الى انفاقه الكبير في سبيل هذه المشكلة هو، أولا، أن المادة المنتجة تحقق أرباحاً، لذلك فعلى الشركة ان تدافع عنها من الوجهة التجارية. وثانيا، هناك اعتبار آخر هو المسؤولية الاجتماعية.

يوزع جوفاكيني (٥٩ عاماً) أوقات عمله بين بوسطن بولاية مساتشوستس وروكفيل بولاية مريلاند. ففي بوسطن يختبر مهندسوه التسعة والعشرون الادوات المنزلية فيستخدمونها حسناً ويسيئون استعمالها بقصد اختبار متانتها، ويمتحنون رذاذ المنتجات المعبأة في علب آروسول ويضبطون الجودة. وفي روكفيل يعمد الاختصاصيون بعلم السموم والامراض وسواهم البالغ عددهم أربعة وستين، الى اختبار التأثيرات السمِّية لمنتجات جيليت في الأرانب والفئران. ويختبرون الشامبو والمواد المزيلة لرائحة العرق على الناس لمعرفة فاعليتها ومدى اثارتها للحساسية. ويقدم جوفاكيني تقاريره مباشرة الى رئيس مجلس الادارة كولمان موكلر. ولذلك فانه يتمتع بنفوذ كبير في الشركة.

الشامبو والنحل – على مر السنين رفض جوفاكيني تركيبات لصنع منتجات جديدة وألغى بيع منتجات قديمة ورفض تصاميم تعليب وطرق اعلان عن خصائص المنتجات وأسقط اقتراحات لضم شركات جديدة. وتدابير الـ"فيتو" هذه أكسبته لقب "الدكتور لا"(٤).

وعجيب كيف تثبت صحة توقعاته. مثال على ذلك ادخال مادة "ميثيلين كلورايد" الكيميائية في علب آروسول قبل سنوات على أثر تقارير أفادت أن مادة "فلوروكاربون" تؤدي الى ترقيق طبقة الأوزون(٥) في جو الارض. وعمد كثير من شركات مستحضرات التجميل الى ادخال المادة الجديدة في منتجاته.

تفحَّص جوفاكيني أكباد الجرذان التي تنشقت المادة الكيميائية الجديدة، فلم يعجبه منظرها. فقررت شركة جيليت عدم استخدام المادة. وفي ما بعد استنتج الاختصاصيون ان لدى الحيوانات التي تتنشق الميثيلين كلورايد استعداداً للاصابة بسرطان الكبد والرئة. فسارعت بقية الشركات الى حذفها من مستحضرات التجميل التي تنتجها.

وكان جوفاكيني أيضاً وراء سحب مستحضر آخر(٦) من الاسواق عام ١٩٧٣ عندما أظهرت اختباراته أن القردة التي تنشقت عنصر زيركونيوم الجديد في تركيبته أصيبت بالتهاب في الرئتين. وقد كلف هذا السحب شركة جيليت ما يربو على مليوني دولار.

ولا يقتصر عمل جوفاكيني على فحص أعضاء الحيوانات المخبرية، بل عُرف أنه أوقف انزاله منتجات جاهزة الى الاسواق قبل أن تتخطى عتبة المعمل. وأرجأ انزال

(٤) Dr. No

(٥) الاوزون شكل من أشكال الاوكسيجين، وطبقته الجوية تمنع تسرب الاشعة ما فوق البنفسجية الى الارض.

(٦) Right Guard Extra Strength

معجون الحلاقة "فومي" الذي تحوي علبته ١٤٠ مليليتراً لأن مضخة الاروسول تترك في العلبة ٣٠ مليليتراً من المعجون. ومرة أخرى أرجأ تسويق مكواة لتجعيد الشعر لانها انكسرت تكراراً لدى اسقاطها على الاسمنت بقصد الاختبار.

ان جوفاكيني بالغ الدقة، صعب الارضاء.

وهو يقول: "عندما تفكر في كل ما يمكن أن تتعرض له المنتجات من سوء استعمال تعتقد أنك استبقت جميع الاحتمالات. ثم تأتيك رسالة من احدى الامهات تشكو فيها أنها غسلت رأس ابنتها بشامبو "إرث بورن" المحتوي على خلاصة المشمش، ثم خرجت الصغيرة الى فناء البيت فاذا بالنحل يطاردها. حسناً! اعتقدنا أولا أن الرسالة لم تكن سوى دعابة طريفة. ولكن عندما جاءتنا الرسالة الثانية، ثم الثالثة والرابعة والخامسة، تيقناً من صحة الرواية فخفضنا كمية خلاصة المشمش في تركيبة الشامبو. فمن يمكن ان تخطر له فكرة كهذه؟"

لكن حرص جوفاكيني الشديد على السلامة والجودة كلف غالياً، اذ بلغت ميزانيته في العام ١٩٨٦ نحو ستة ملايين دولار، أي خمس ما أنفقته الشركة بأجمعها على التدقيق في السلامة والجودة. لكنه نجح في جعل جيليت تحظى برضا السلطات والمستهلكين.

لا أخيرة – بعد وقت قصير من فاجعة تسرب الغاز من خزانات شركة "يونيون كاربايد" في مدينة بوبال في الهند، اجتمع أعضاء مجلس ادارة جيليت للبحث

Are You Ashamed Of YOUR English?

Be Specialist Trained in Written and Spoken English!

A GOOD COMMAND OF ENGLISH can ensure success in your present job — improve your chances of promotion and increase your earning power. You can acquire it quickly and easily.

To help you be successful, we offer you a unique, easy to understand, home-study training for a Diploma in Business English, as well as Pitmans, LCC and RSA exams. You are trained in writing business letters, office memoranda, reports, minutes of meetings and lots more, including of course the English language itself — both written and spoken.

Your Business English training is conducted entirely in English. If you understand this advertisement, you will understand the prospectus — which is sent FREE on request. So write NOW for your copy, giving your name and address in BLOCK CAPITALS to Business Training Ltd., Dept. B/RD 27, Sevendale House, 7 Dale Street, Manchester M1 1JB, England.

BUSINESS TRAINING LIMITED
Dept. B/RD 27,
Sevendale House,
7 Dale Street,
Manchester, M1 1JB,
England.
CACC Accredited

Please tell me about your home-study training and how I can obtain my specialist Diploma.
BLOCK CAPITALS PLEASE

Surname..

Other names..

Address..

....

....

في أمر ملح. وكان السؤال الكبير المطروح: هل من الممكن حدوث مثل هذه الكارثة لديهم؟

"حسناً، قال جوفاكيني، لدينا انشاءات لخزن الهيدروكاربون في كل أنحاء العالم ومن الممكن أن تنفجر."

وذكّر زملاءه بالانفجار الذي حصل عام ١٩٨١ في مصنع شركة آروسول أخرى في هولبروك بولاية مساتشوستس. وقد تسبب الانفجار حينذاك في وفاة خمسة من العمال، وزادت التعويضات التي دفعت للضحايا على ثلاثين مليون دولار.

وكان أعضاء مجلس الادارة يصغون بانتباه شديد الى كل كلمةٍ يقولها: "بعيد الانفجار في هولبروك تفقّد مدير مصلحة الاطفاء في الولاية مصنع الآروسول في شركة جيليت في أندوفر بمساتشوستس. وتولد لديه انطباع جيد لدى اطلاعه على الانظمة والاجراءات المتبعة في المصنع، فذكرها كمثل أعلى على حسن التجهيز والاستعداد." عندئذ اطمأن أعضاء الادارة وتنفسوا الصعداء.

لكن جوفاكيني أضاف انه لم يقصد الاشارة ضمناً، الى أن مصنع أندوفر غير قابل للانفجار. (قد يكون روبرت جوفاكيني، ككل صاحب ضمير جماعي، مزعجاً في بعض الاحيان).

حتى جوفاكيني نفسه يقر بأن الامور هدأت كثيراً في شركة جيليت بعد مشاكل الميثيلين كلورايد والزيركونيوم، ويقول: "الآن لا أرى سبباً كي أقول "لا" مراراً كالسابق. أكتفي بها مرة بين حين وآخر."

وعندما يطغى الهدوء كثيراً تعود مشكلة "ليكويد بايبر" فتبرز بوجه جديد. ففي العام ١٩٨٥ أنتج الباحثون في الشركة نوعاً جديداً يتميز عن الاول بأنه أكثر كثافةٍ ويجف في وقت أقل. ولكن عندما اطّلع جوفاكيني على العنصرين الجديدين اللذين أدخلا التركيبة وجد أن أحدهما يسبّب التهاباً في الرئتين ويرتبط الآخر باحتمال الحاق اذى بالجهاز العصبي.

لذلك قال "لا."

جون ستراهينتش

شقراء الجيل الآتي

طالما أثار شعر طفلي الاشقر اعجاب المارة وتعليقاتهم. ورأته سيدتان مرة، فسمعت احداهما تقول لرفيقتها: "من المؤسف ألا يكون هذا الشعر الجميل على رأس طفلة صغيرة."

فردت رفيقتها باسمة: "اطمئني، فانه سيكون كذلك يوماً ما."

ج.م.

***

قبل أن تقترض مالا من صديق، قرر أيهما تحتاج اليه أكثر.

ج.ب.

حكاية نجم تلفزيوني
هو رمز للملايين من أصدقاء الانسان

«وداعاً يا مبروك»

كتلة وزنها أربعون كيلوغراماً، ذلك هو كلب الحراسة الوحشيٍ المزاج، الفولاذي العضلات، الذي انقضَ على "المجرم" وراح يعضُه بقوة ٦٠٠ كيلوغرام في السنتيمتر المربع محولا الحشية الواقية التي يلبسها مِزقاً. حال من الحماسة الشديدة سيطرت على الكلب الألزاسي الذي تلقى تدريباً ممتازاً لدى شرطة غراما في فرنسا واخيراً دعاه مدربه بنداءات متواصلة الى الرجوع عن تمزيق ضحيته.

في هذه الاثناء كان "مبروك"، الكلب التلفزيوني نجم البرنامج الشهير "ثلاثين مليون صديق"، ينتظر بجانب صاحبه جان بيار أوتان ويراقب ما يجري. قبل قليل مُنح هذا الكلب الألزاسي ذو السنوات الست رتبة "كلب شرف" لقوة الشرطة "تقديراً لمزاياه في العمل ولأنه رفيق أمين." والآن جاء دور مبروك لإظهار جدارته باللقب.

لمح جان بيار على وجوه رجال الشرطة بسمات عطف ورعاية. كيف تصِحُّ المقارنة بين كلب تلفزيوني وكلابهم الألزاسية المدربة تدريباً قاسياً؟ لكن مبروك هجم بضراوة، مُقلداً كلب الحراسة، الى ان أطلق جان بيار صفارته فتوقف للحال عن العراك. انه أدى دوره على خير وجه. وفيما هو يُهرول عائداً الى صاحبه قابله رجال الشرطة بعاصفة من التصفيق.

أصدقاء الانسان

وُضعت خطة لمواصلة البرنامج التلفزيوني في سبتمبر (ايلول) ١٩٨٤. وفي الثالث عشر منه خارج استوديو "لوفالوا" أخذ مبروك ينزف من أنفه. حاول

جان بيار وقف النزف بسدادات قطنية من غير جدوى. وتذكر كيف أن مبروك، قبل ذلك بأيام قليلة في حديقة بيته في النورماندي، بدا تعِباً قليل النشاط. وللحال اتصل جان بيار بعيادة الطبيب البيطري ميشال كلاين، فكان الجواب: "جئوا بمبروك حالا."

كان كلاين منتظراً في العيادة بلباسه الابيض وهو أمضى ١٢ ساعة في رعاية مبروك، فنقل اليه ليتراً من الدم وحقنه عقاقير تساعد في تجميد دمه، لكن مبروك ظل ينزف الكمية التي نقلت اليه. وفي منتصف الليل دعا كلاين الدكتور آلان لندال وهو الطبيب البيطري الذي سبق ان عالج مبروك.

حين وصل لندال في الثانية صباحاً كان مبروك استنفد ذخيرته من الدم، فسارع هو ومعاونته آن الى المركز البيطري المجاور لباريس للحصول على دم جديد.

في هذا الحين كان مبروك مضطجعاً بهدوء في زاوية من غرفة الاستشارة ودمه يسيل متباطئاً، ربما لأنه لم يبق له منه الا القليل، هكذا فكَّر جان بيار. وبدا له أن مبروك يغيب عن الوعي، لكنه كان يرفِع نظره كلما تلفظ معلمه باسمه، وخُيّل الى جان بيار ان عينيه تقولان: "أعرف أنكم تعملون كل ما في وسعكم لمعالجتي، واني أتعاون معكم كما ترون."

أخيراً في الثالثة والنصف فجراً عاد لندال وآن، فبادرا الى اعطاء مبروك ليتراً من الدم. واحتضنه جان بيار محاولا ايقافه على الارض، لكن مبروك لم يقدر على الوقوف لأن قوته فارقته. حين أصبح جان بيار وحده مع الكلب أخذ يتذكر كيف دخل حياته ويعجب للمكانة التي احتلها لديه. كان ذلك حين فقد كلبه الاول "جيمي" في حادث سيارة. فأخذ على نفسه عهداً ان ينظم حملة تثقيف للجمهـور تُبين لهم أهمية العنـاية بالحيوانات الاليفة. ورأى ان التلفزيون خير وسيلة لتحقيق هذا الغرض، فمن خلال شاشته يمكن عرض أمانة الكلب وحبه اللعب والمرح وقدرته على ملاحقة المجرمين واكتشاف المفقودين وحراسة المنازل والاماكن العامة، فضلا عن إرشاد العميان وانقاذ ضحايا الانهيالات الثلجية.

كان جان بيار سجّل نجاحاً تلفزيونياً في برنامج علمي عنوانه "مستقبل الغد" اجتذب خمسة ملايين من المشاهدين شهرياً. وبناء على هذا الانجاز وافق المسؤولون على تكليفه إعداد حلقات من نصف ساعة تخصص للحيوانات الأليفة.

أجرى جان بيار عملية حسابية بينت له أن في فرنسا نحو تسعة ملايين كلب وثمانية ملايين هِر وثمانية ملايين طائر وخمسة ملايين سمكة ومليوني سلحفاة وهمستر(١) وأرنب ومئتي ألف حصان. والنتيجة: "اكثر من ثلاثين مليون حيوان أليف!" هذه العبارة اتخذها عنواناً للبرنامج: "ثلاثون مليون صديق." نعم، ٣٠ مليون صديق منتشرون في أنحاء البلاد يمنحون الانسان بهجة وسعادة. وباسمهم يريد جان بيار أن يتكلم.

اسم عربي

في السـادسة صبـاحاً رجعت آن لتستطلع حال مبـروك وحين نهض

(١) حيوان من القوارض شبيه بالجرذ.

جان بيار حاول مبروك النهوض لكنه تراجع وخرّ على الأرض. فقال له صاحبه: إحذر يا صديقي، سيعاودك النزف!"

مرة ثانية نهض مبروك على قائمتيه الاماميتين وعيناه الصافيتان مُركزتان على جان بيار. فجأة تقيأ شلالا من الدم الاسود. وفيما جان بيار يراقبه والدموع في عينيه أعطته آن عدداً من الحِقن. وبعد انتهاء العلاج جرَّ الكلب جسده الواهن نحو صاحبه وألقى رأسه على قدميه.

قالت آن:

"إنك تملك كلباً شهيراً يا سيد أوتان."

أومأ جان بيار برأسه موافقاً: "نعم، لكنء قبل كل شيء صديقي المدلل." كان يشعر بحاجة الى الحديث عن مبروك لعل ذلك يبقيه حياً.

روى جان بيار للطبيبة البيطرية الشابة أنه لقي مبروك في مربى للكلاب بعد تقديم الحلقات الاولى من برنامج "ثلاثين مليون صديق" حين لازمه شعور بنقص ما. وأخذ يفكر: اذا كان يتكلم بلسان ملايين الحيوانات الاليفة وأصحابها فمن الواجب أن يكون في حوزته واحد منها.

كان عمر الكلب الالزاسي ١٤ شهراً، وهو أطلق عليه الاسم العربي "مبروك."

في البداية تجاهل مبروك صاحبه الجديد، لكنه في صباح اليوم الثاني أرسل نباحاً شبيهاً بعواء ذئب ثم زحف نحو جان بيار وأخذ يلحس يدِيه. وفهم الشاب أنه يريد أن يقول: "أُحبك. أنا لك."

وأصبح هو ومبروك رفيقين لا ينفصلان. انقطع جان بيار عن دخول المسارح ودور السينما واختار من المطاعم تلك التي تقبل الكلاب. وفي نهاية كل أسبوع كان يرود أرياف النورماندي بصحبة كلبه. وأصبح مبروك نجماً في برنامج "ثلاثين مليون صديق."

توقف جان بيار عن الكلام هنيهة حين سمع آن تهمس بقلق: "لقد إنقطع عن الحركة."

نظر الى كلبه وناداه بلطف: "مبروك!" فتح الكلب عينيه وكأنه يقول: "أنت وأنا فاهمان، أليس كذلك؟"

كانت الساعة التاسعة صباحاً في الرابع عشر من سبتبمر (أيلول) ١٩٨٢ وأهل العيادة يفيقون من النوم. شعر جان بيار أنه يمر بكابوس. في تلك الساعة دخل كلاين ليفحص مبروك الذي حاول النهوض على قوائمه ثم انقلب فجأة على جنبه. أخذ كلاين يدلك صدر الكلب بقوة ويداه تضربان ناحية القلب، ثم رفع بصره وأعلن: "خِسرناه!"

وصرخ جان بيار: "لا أُصدق!" ثم ضم الى صدره الجسم الساخن مردداً: "لماذا تركتني؟" بعد ذلك علم أن مبروك كان مصاباً بسرطان الدم وهو مرض نادر في الكلاب، وأن لا شيء كان قادراً على إنقاذه.

ابن مبروك

بعد رحيل مبروك أصبح جان بيار محطم الاعصاب. خسر من وزنه سبعة كيلوغرامات وفقد كل لذة في العيش. كان يخاطب كلبه أحياناً كأنه لا يزال حياً، والمشروع الوحيد الذي حظي باهتمامه هو

برنامج يعرض لقطات لادوار نجمية سابقة أداها مبروك، وجعل عنوانه "وداعاً يا مبروك." وفي اثناء اعداده الشريط أمكنه أن يستحضر تجارب الساعات الهانئة التي قضياها معاً.

في بداية حياته الفنية كان مبروك في برنامج "ثلاثين مليون صديق" يلعب بالكرة أو يقفز فوق حاجز، لكنه ما لبث حتى اضطلع بأدوار اكثر صعوبة. وأبرزت حلقة "عطلة مبروك" كلباً سعيداً يسبح في البحر ويركب لوحاً خشبياً فوق الامواج ويجلس في قارب ذي دواستين.

في حلقة "مبروك في مجيف" نرى معلم تزلج في المنتجع الفرنسي الشهير واضعا مبروك بين ساقيه وقابضاً على طوقه باحدى يديه، وبهذه الطريقة سُحب الى رأس المنحدر. وكان هذا التمرين كلّف كلاب الانقاذ في المنتجع الشتوي ساعات من الجهد المضني. وقد استطاع مبروك ايضاً منافسة كلب من نوع سان برنار(٤) في انقاذ ضحية من انهيال ثلجي.

هناك حلقات أخرى أظهرت مبروك في دور المُدافع الشجاع. في احداها استولى نشالان على حقيبة يد لاحدى الفتيات، فما إن صرخت "مبروك!" حتى انقضّ الكلب على اللصين وأرغمهما على الوقوف في انتظار قدوم رجال الشرطة.

بطولة مبروك هي التي أوصلت عدد مشاهدي "ثلاثين مليون صديق" الى ثمانية ملايين أسبوعياً. وبلغ عدد الرسائل الموجهة اليه من المعجبين الف رسالة شهرياً، وكان جان بيار يرد على كل منها بكلمة تحمل إمضاءه.

لكن معلم مبروك بات في حال من الكآبة تمنعه من التفكير في خطط جديدة للمستقبل. فهو رفض قبول بديل من كلبه في البرنامج. غير أن زملاءه في التلفزيون أقلقهم وضعه النفسي فعزموا على معالجته. صحيح أن مبروك كان كلباً مدهشاً لكن البرنامج يتعلق بمصير ثلاثين مليوناً من أصدقاء الانسان. وراحوا يبحثون عن كلب صالح للحلول مكان مبروك. أخيراً عثروا على جرو ألزاسي صغير جذّاب في مربى للكلاب بمقاطعة الالزاس الفرنسية وجاؤوا به الى باريس.

حين دخل الجرو الاستوديو ثار غضب جان بيار. ماذا كان يدور في رؤوس زملائه حين أقدموا على هذا العمل؟ لقد أفهمهم بصراحة موقفه من احضار كلب جديد. ومع ذلك نجح هذا الدخيل المتحمس في إثارة اهتمام جان بيار، فلم يملك الشجاعة على إعادته الى الالزاس. وهكذا رضي باحتماله. لكنه بكى حزناً على مبروك لما رأى الصغير يدخل المكتب مهرولا للمرة الاولى. وخيل اليه أن السماح له بالاضطجاع في مكان مبروك ضرب من الخيانة.

الا أن حادثاً كاد يُفقده الجرو جعله يدرك مقدار الأهمية التي اكتسبها "جونيور" في نظره. فقد اصطدم صبي بالجرو في أحد شوارع مونبارناس بباريس. وعلى رغم نداءات جان بيار المسعورة فقد سارع الكلب المذعور الى الهرب. ولم يعثر عليه الا بعد ساعات قريباً من حديقة اللوكسمبور على مسافة كيلومترات من مونبارناس.

---

(٤) كلاب سان برنار مشهورة بانقاذ الضائعين في الثلوج.

بدأ جونيور عمله التلفزيوني في حلقة بعنوان "ابن مبروك" في مارس (آذار) ١٩٨٤. وحقق نجاحاً باهراً في اعادة تمثيل بطولات "أبيه" في مجيف. وبعد مرور خمسة عشر شهراً بات الألزاسي الاسود مستعداً للنهوض بوظيفته.

في إعداد حلقات ١٩٨٤ - ١٩٨٥ خصصت لجونيوو موضوعات جديدة، منها تدريبه على اكتشاف المخدرات في معهد لاروسيل لمفتشي الجمارك. وسيظل برنامج "ثلاثين مليون صديق" معنياً بتثقيف المشاهدين كما كان قبل تسع سنوات، ومحصلته حتى الآن أكثر من ٤٠٠ حلقة.

وما زال هدف جان بيار "إثارة احساس ووعي جديدين في أهل هذا العصر، لعلهم من خلال حبهم للحيوانات يعيدون اكتشاف القيم الاساسية في الحياة." ومن أمنياته سن قانون يُلزم أصحاب الحيوانات الاليفة وشم كلابهم وهِررَتهم لئلا تُتلف في حال ضياعها خوفاً من داء الكلب. ويرى أن سوء معاملة الكائنات الحية همجية يجب أن تصبح من الماضي.

فرنسيس ليري

شهرة غير متوقعة

أثناء وجود المغنية أوليفيا نيوتن - جون في مدينة بورتلاند بولاية اوريغون ارادت ان تشتري هدية لزوجها لمناسبة عيد ميلاده. فطلبت من صديقتها فاي سونو أن ترافقها الى السوق، لكن هذه نبهتها الى المضايقات التي يحتمل ان تتعرض لها. فطمأنتها أوليفيا: "لا تقلقي. لا أحد يعلم أني في المدينة."

لكن امرأة شاهدتهما فتقدمت منهما بعد تردد وقالت: "أرجو المعذرة، ألستِ فاي سونو؟"

كانت المرأة معلمة لم ترَ سونو منذ ايام الدراسة.

فهتفت أوليفيا مازحة: "يا للعجب يا فاي! لا يمكنني أن آخذك الى أي مكان!"

ج.ن.

نقابة النمل

كانت المعلمة تعطي درساً في العلوم الطبيعية لتلاميذ الصف الابتدائي الاول. فقالت لهم: "إن النمل العامل يحمل أحياناً قطعاً من الطعام تفوق وزنه بخمسة أضعاف. فما الذي تستخلصونه من ذلك؟"

فأجابها أحد التلاميذ على الفور: "نستخلص أن لا نقابة لديه."

ب.ب.

شرلوك هولمس يقترب من شكسبير!

رجل غامض يبعث حيا في الولايات المتحدة الامريكية بعد ١٠٠ عام على ظهوره في لندن

شتاء عام ١٨٨٧ نشرت مجلة "بريتونس كريسماس انويل" التي كانت تصدر آنذاك في لندن، قصة اغتيال بعنوان "بحث في ثوب قرمزي" بقلم طبيب اقليمي. وكانت القصة رفضت عدة مرات قبل ان تصل الى المجلة التي اعتبرتها "رواية خيالية بخسة" ودفعت للطبيب المسكين بدلا زهيدا. لكنَّ بريتونس قدمت في عملها هذا شرلوك هولمس، أنجح ابطال الروايات الادبية في كل عصر.

تلك القصة الاولى عرّفت بالمخبر السري الكبير في اوسع خطاه. هولمس يدخّن الغليون ويحسن استعمال المجهر ويتعالى على الشرطي اللندني هازئا به. يعامل صديقه المؤرخ الدكتور جون هـ. واتسون كما يعامل رجلا غبياً. كان يتباهى بانه يستطيع ان يستنتج مهنة اي رجل من تعبيره الكلامي او من موضع الركبة في سرواله. كان يقبض على الرجل ويراقب رجال سكوتلانديارد وهم يسلبونه هذا الفضل.

اعمال مبتكر شخصية هولمس الادبية الدكتور ارثر كونان دويل تُقرأ اليوم في سبع وخمسين لغة بينها الأيسلندية والاذربيجانية والاوردية. ومع ان هولمس

© 1986 by Fred Strebeigh. Condensed from Smithsonian (December '86).
Illustration: Joe Develasco, Washington, D.C.

نفسه لم يغادر لندن الاّ نادراً فصورته كانت تجوب العالم عبر المسرح والسينما والاذاعة والتلفاز، كما كان ينتحل شخصيته ممثلون كبازيل راثبون وجيريمي برِث.

ليس من بلد في العالم اظهر لرجال الامن البريطانيين الاحترام الذي منحتهم اياه الولايات المتحدة. والهواة المتحمسون للشاشة البيضاء يظهرون احترامهم "للسيد" بطرق خاصة:

■ "نادي القبقاب الفارسي"(١) في سان فرنسيسكو جمع كل ما هو مطابق تماما في امريكا لغرفة جلوس هولمس ووضعها في غرفة بفندق عادي من فنادق هوليداي إن. في حائط هذه الغرفة، ثقوب رصاص ترسم تواقيع الملكة فيكتوريا بالاحرف الاولى، وقرب المدفأة قبقاب فارسي جاهز لحمل التبغ.

■ "ذي بيكر ستريت جورنال" التي يحررها استاذ وكاتب في سانت لويس بولاية ميسوري ينشر مقالات حول ما يسمّى "الانتقاد الاسمى" الذي يبحث بعمق عن المكان الذي كان يعيش فيه هولمس، وعن السبب الذي حمل زوج الدكتور واتسون على تسميته مرة "جيمس."

■ رونالد دي وول امين المكتبة في جامعة ولاية كولورادو بفورت كولينس، هيأ مكاناً لاكثر من ثمانية آلاف فقرة في المجلد الثاني من مرجعه البيبليوغرافي عن الـ"هولمسيانا" الذي نال جائزة والذي يحتوي فهرساً تاماً لما كتب ونشر عن هولمس بين عام ١٩٧٩ و١٩٨٥. وايد عمله هذا الزعم القائل بان ما كتب عن هولمس يفوق ما كتب عن اي موضوع آخر باستثناء الكتاب المقدس وشكسبير.

■ اكثر من مئة وتسعين عضواً وزائراً لاقدم جمعية عالمية من جمعيات اصدقاء شرلوك هولمس تدعى "بيكر ستريت إرّغولرز" (٢) أقاموا العام الفائت عشاءهم السنوي الثالث والخمسين في مدينة نيويورك في ذكرى مولد هولمس (٦ يناير / كانون الثاني ١٨٥٤) واعتبروه "افضل صديق لنا."

حزب هولمس – لكي ادرك حماسة الامريكيين لهولمس قضيت ثلاثة اشهر متجولا عبر الولايات المتحدة باحثا عن المعجبين به. كان عليَّ اولا ان اتعلَّم لغة جديدة: الهواة المتحمسون للسينما صاروا اتباعا لهولمس. الروايات الستون التي كتبت عن هولمس تحوّلت تحفاً. اما دويل فقد غدا وكيلا ادبيا فقط، اذ مثل الدكتور واتسون الذي لم يصبح مؤرخا لروايات هولمس الخيالية فحسب بل مؤلفا حقيقيا لها.

عندما يبلغ رجل من اتباع شرلوك هولمس القمة يصبح عضواً في "بيكر ستريت إرّغولرز،" والمرأة تصبح "مغامرة" وكلاهما يطلق عليه اسم "متولي قضية من قضايا هولمس." التقيت، مثلا عالما متخصصا بعلم طبقات الارض يدعىَ "بلاك بيتر"(٣) ومهندساً مستشاراً يدعى "جرذ سومطرة الضخم" (٤).

(١) The Persian Sliper Club
(٢) Baker Street Irregulars
(٣) Black Peter
(٤) The Giant Rat of Sumatra

معظم اتباع شرلوك هولمس من الامريكيين ينتمي الى شعبة او فرع من جمعية الـ"ارّغولرز." وثمة فروع او شعب تختار اسمها من عناوين مغامرات شارلوك هولمس مثل "الحزام الارقط" (٥) في بوسطن او "النابوليونات الستة" (٦) في بالتيمور.

وفي تسع وثلاثين ولاية هناك ثمانون فرعا ونيّف.

يوم الخميس الواقع بعد ٣١ اكتوبر (تشرين الاول)، يجتمع اعضاء فرع "اخوة موريارتي الثلاثة" (٧) في "فرونتير صالون" في مدينة موريارتي، ليعلنوا كبير اعداء هولمس "الاستاذ الشرير موريارتي." فيتناولون اوراقا مدرسية ويجرون امتحانات حول روايات من كتب هولمس. وقرابة الحادية عشرة قبل الظهر يحمل كل منهم رفشاً ويضعون على رؤوسهم قبعات صيد ويروحون ينشدون اشعاراً ضد موريارتي، ثم يسيرون الى بقعة ارض خالية حيث يجددون "ذكرى اخصاب موريارتي." وفي هذه الذكرى تَسلّم الاعضاء، على مدى سنوات، تبرعات شملت عجلا من تكساس وكنغارو من اوستراليا.

ارانب شرلوكية – جون بنيت شو "الاخ الاكبر" للفرع والبالغ من العمر ثلاثة وسبعين عاما، كان صاحب مستودع للكتب، وحفار آبار نفط، ومجهز لوازم للجنازات، وهو يعمل الآن امين مكتبة اتباع هولمس بعد نقل مجلداته الـ١٢٠٠٠ من غرفتها الصغيرة في سانتا في بولاية نيومكسيكو الى "شيرنغ كروس ستيشن" في لندن، وفي غرف اخرى وضع مجموعة شطرنج شرلوك هولمس، وساعات منبهة، وأغشية وسادات، وجوارب، وعشرين الف قصاصة. كما حفظ في ثلاجة ارانب شوكولاته "شرلوكية" خاصة به.

اخبرني شو انه، الى "الانتقاد الاسمى" الذي اصدره الادباء البريطانيون، وضع الطبيب الامريكي شاندلر برغس من سانت لويس بحثا عن هولمس كشخص حقيقي. تقفى اثر منزله الذي قرر انه يجب ان يكون في ١١١ بيكر ستريت (الرقم ٢٢١ غير موجود). وعام ١٩٣٠ كتب كريستوفر مورلي المحرر آنذاك في "مجلة السبت الادبية" (٨) مقدمة المجموعة الامريكية الاولى الكاملة لروايات دويل، عارضاً هولمس كموضوع تجب دراسته بعناية. وعام ١٩٣٤ ابتكر مورلي الـ"بيكر ستريت إرغولرز" صبيانا صغاراً يستعملهم هولمس لنشر المعلومات. و"الإرّغولرز" ضموا الى صفوفهم الرئيس الثاني والثلاثين للولايات المتحدة فرانكلين د. روزفلت الذي امدّ "الانتقاد الاسمى" بعدة رسائل مجادلا فيها ان هولمس كان امريكيا.

لماذا كان هولمس محط هذا الاعجاب؟

اسحق ازيموف الكاتب الشهير في الخيال العلمي (لقّبه "الإرغولرز": "الدودة العجيبة التي يجهلها العلم") يرى ان هولمس كان يمثل "الهواة الموهوبين الذين يستطيعون ان يروا

(٥) The Speckled Band
(٦) The Six Napoleons
(٧) The Brothers Three of Moriarty
(٨) Saturday Review of Literature

بوضوح من خلال الضباب." اما الدكتور ديڤيد ف. مستو (الدكتور آرثر) من جامعة يال فيقول: "ان عالم هولمس هو عالم مثير ولكنه عالم سلام، عالم الخطر المعدّل."

هذه الاجوبة تبدو صحيحة تماماً انما هنالك امر اساسي قد يكون وراءها. فامريكا شرلوك هولمس تضم رجل الفن وضابط الجيش والوزير والقاضي وسمسار البورصة والمهندس وصاحب مخزن الآلات الموسيقية. واتباعه في بلد يبدو كبيراً ومقسما في آن كوّنوا مجموعة متآلفين تعتمد لعبة كبيرة ذات قواعد اساسية تفيد ان واتسون كتب الروايات وان هولمس كان حيا.

اتباع شرلوك هولمس يزدادون عدداً في العالم لان اللعبة تتطور كما كان هولمس يقول. واي واحد منهم يتجوّل في اي جزء من العالم يعرف انه يستطيع ان يجد روحا مماثلا لروحه على استعداد للعب الدور الذي لعبه هو.

فريدريك ستريبيغ

يقظة فريدة

أسهب مدير شركتنا في محاضرته عن وجوب الانتباه الى التفاصيل، فعزمت أن أضع كلامه على المحك لأرى هل هو يعمل بحسب تعليماته الينا. وعندما أعددت حوالات الرواتب أضفت صفرين الى راتبي وأخذت الحوالات اليه ليوقّعها.

ووقفت أراقبه وهو يذيّل كل حوالة بامضائه الانيق. وبعدما انتهى أخذت الحوالات متلهفة لارى ماذا كان من أمر حوالتي. فرأيت في المكان المخصص للامضاء العبارة الآتية: "حاولي أن تصرفيها."

ل.س.

ضيوف العطلة

في عطلة نهاية أسبوع صاخب قررت أن أرجىء أعمالي المنزلية الى الاثنين وأتمتع براحة أنا في أشد الحاجة اليها. لكن بعض الاصدقاء اتصلوا من المدينة وقالوا انهم يعتزمون زيارتي.

عندئذ اندفعت في البيت أمسح الغبار وأرتب الاثاث. وخوفاً من أن يدهمني الوقت كوّمت الاطباق الوسخة ووضعتها في الفرن. وما كدت أنتهي حتى قرع الجرس، فاذا بأصدقائي قدموا ومعهم... بيتزا مجلّدة!

د.م.

كُونوا مِثلهُمْ

لكل قرية أو مدينة عِبرَها في الشجاعة والمعروف والأدب

واين برازل

الامانة كنز لا يفنى

ذات مساء اقفل طوني بايسور محطة الوقود التي يملكها في مدينة غريت فولز بولاية كارولينا الجنوبية. وكان وضع على الارض قرب باب المحطة صندوقاً حديداً يحوي ٧٠٠٠ دولار ادخرها لتوسيع المحطة. ولما وصل الى منزله نظر الى المقعد الخلفي ليأخذ الصندوق فلم يجده.

أدرك بايسور عند ذاك انه ربما ترك الصندوق خارج المحطة. فعاد سريعاً، لكن الصندوق لم يكن هناك.

وفي الصباح التالي شعر بايسور بتوعك، لكنه أصرّ على الذهاب الى العمل بصحبة اثنين من أبنائه. في تلك الاثناء ذاع خبر خسارته بين زبائنه. فعرض عليه أحدهم أن يقرضه مالا ليسدد مصاريف العمل. واعرب آخران عن استعدادهما لمساعدته بأي طريقة. وقبيل الغروب سمع بايسور ابنيه يصرخان: "لقد استعدناه!"

وتقدّم واين برازل الذي سرّح قبل ايام من عمله في مصنع للاقمشة، وراح يروي قصته. كان ماراً بالقرب من المحطة بعدما غادرها بايسور بدقائق. فلفت الصندوق الحديد نظره. في بادىء الامر حسبه صندوق عدّة نسيه أحدهم هناك. فتوقف وأخذه. وفي الثالثة بعد ظهر اليوم التالي فتح برازل الصندوق، ولما وجده مليئاً بالاوراق النقدية سارع الى المحطة.

ويقول بايسور: "لم اكن اعتقد أنه بقي في هذا العالم نزهاء. ولما عرضت عليه

Condensed from Great Falls News and Reporter (September 4, '85), © 1985 by Tri — County Publishing Co., Chester, S.C; Family Circle(March 8, '83),© 1983 by The Family Circle. Inc, New York, N.Y.; Los Angeles Times (May 26, '86), © 1986 by Los Angeles Times Co., Los Angeles, Calif; Newsweek (Summer '86), © 1986 by Newsweek, Inc, New York, N.Y. Photo: Pauline Patrick (Courtesy of Great Falls News and Reporter)

مكافأة رفضها مؤكداً لي أن مكافأته هي اعادة مالي إلي."

ولم يعتبر بايسور أن استرجاع المال هو أهم ما في الحادث، لا بل اهتمام الأصدقاء والغرباء على حد سواء. وهو يقول: "صحيح أن الصناعة تزوّدك مالا، ولكن عندما يتوافر ناس متعاطفون يتكوّن مجتمع متآلف."

بولين باتريك

في "نيوز اند ريبورتر"

سيدة مميزة

أدّى الكفاح الطويل المؤلم مع مرض السرطان والعلاج الكيميائي إلى صلع بربارة باسيت من مدينة مورستون في ولاية نيوجرزي. ويوم تساقط شعرها الأشقر خصلا خصلا اعتبرته أسوأ أيام حياتها. وعزمت على استعمال وسيلة للتمويه فجرّبت الشعر المستعار، لكنها

© Sal Dimarco, Jr.

ماري ستيفنس

وجدته مثيراً للحكاك ويشعرها بالحر. أما الاوشحة فكانت تسقط عن رأسها أو تلتصق به. وفي النهاية اقترحت عليها صديقة الاتصال بجارتها ماري ستيفنس، وهي مزينة شعر ماهرة تعمل في منزلها.

شرحت بربارة لماري انها تحتاج الى شيء يكون بين الوشاح والقبعة، فاذا ما وضع على الرأس حسب الناس أن تحته شعراً. كان لا بد من أن يتركز هذا "الشيء" بثبات وألّا تكون فيه فتحة تكشف الصلع. شعرت ماري بعطف على بربارة، فوافقت على ابتكار شيء ما. وهي أيضاً لم تكن بعيدة عن المآسي الطبية، اذ فقدت اثنين من أولادها السبعة توفيا بمرض التليف المراري.

كان التصميم بسيطاً: دمج بين الوشاح والقبعة مصنوع من القطن والبوليستر، يلتصق بالرأس جيداً مخفياً الصلع. فاعتبره أصدقاء بربارة أنيقاً. أما بالنسبة اليها فكانت الأناقة ثانوية بالمقارنة مع منافع الوشاح. وأعلنت لاصدقائها: "هذه القبعة الصغيرة أنقذتني."

بعد مدة وجيزة أسست ماري وبربارة شركة صغيرة لبيع الأوشحة دعتاها "ماربار." فصنعتا أوشحة من جميع الالوان واخرى صغيرة ومرنة للاولاد. وطبعتا كتيّباً أرسلتاه الى وحدات معالجة الاورام والى مديري الخدمات الاجتماعية في المستشفيات.

بعيد تأسيس شركة "ماربار" أدركت بربارة ان السرطان عاودها. ومع أنها خضعت للعلاج الكيميائي فقد توفيت في السن الاربعين.

وتقول ماري: "جعلَتْني بربارة اعدها بالاستمرار في العمل. وعندما توفيت انهارت معنوياتي. لكني لم انفك اتسلّم رسائل من مرضى السرطان يصفون لي كم نفعهم الوشاح – القبعة. وهكذا عدت الى العمل. انه ميراث بربارة، وقد كانت سيدة مميّزة."

عن "فاميلي سيركل"

فتى ينقذ طفلين

في الثاني من شهر مارس (آذار) عام ١٩٨٦ الساعة الرابعة والنصف صباحاً، كان باتريك هنري ستانتون (١٧ عاماً) من مدينة كولمبوس في ولاية أوهايو غارقاً في النوم. فجأة أفاق على قرع الباب. ولما فتح فوجىء بجارة له تسكن

Shmuel Thaler باتريك هنري ستانتون

في الطبقة السفلى من البناء تطلب النجدة لان النار مشتعلة في منزلها وتحاصر طفليها في الداخل. فاندفع بسرعة مهرولا في صقيع الليل.

حاول أن يدخل من الباب الرئيسي. وكان صراخ الطفلين يتعالى من الداخل، ولكن تعذّر عليه رؤيتهما أو الوصول اليهما لكثافة الدخان. فلجأ الى نافذة خلفية مقفلة، ولكمها مدمياً ذراعه وزحف الى الداخل وعيناه مغمضتان تحاشياً للدخان. كان الطفلان يسعلان ويتقيأان. شقّ الفتى سبيله نحوهما. كانا منهوكين عندما رفعهما وأخرجهما من النافذة.

نقل الطفلان الى المستشفى وقدمت اليهما الاسعافات اللازمة واعيدا الى منزلهما في اليوم التالي.

وفي ١٣ مارس (آذار) منح حاكم الولاية الفتى باتريك "تقديراً مميزاً" مكافأة له على مأثرته.

عن "نيوزويك"

رابطة العزاب

عندما تقاعد جون شيرر من مهنة التعليم كان في الخمسين من عمره. فقرر ان يحقق عهداً قطعه على نفسه بمساعدة الفقراء. فأسس "شبكة العمل المجتمعي" في لوس انجلس، وهدفها حفز الناس على العمل لتحسين حياة المجموعة. وفي يوليو (تموز) ١٩٨٣ دعا مئة من سكان المدينة الى حفلة يخصص ريعها لانشاء "عيادة" لمساعدة الاولاد المشردين. دفع كل مدعو عشرة دولارات. وأضاف جون العائدات التي جناها من بيع اوراق يانصيب فتمكن من جمع حوالة بقيمة ١٣٠٠ دولار.

وأقام جون مع ثلاثة من اصدقائه حفلة اخرى للمساهمة في انشاء مأوى للاولاد المشردين. وفي حفلة عيد ميلاده وهب ما اهدي اليه لمجموعة تعنى بغرس الاشجار.

ولاحظ جون، وهو أعزب، ان معظم الذين يحضرون الحفلات هم أيضاً غير متزوجين.

فأسس مجموعة سماها "رابطة العزاب للاحسان" كفرع للشبكة الام.

ازدهرت شبكة العمل "المجتمعي" في لوس انجلس وانضم اليها متطوعون من أنحاء المدينة. وتحول تركيزها من الهبات المالية الى الهبات البشرية، اذ انها ترسل متطوعين لمساعدة مجموعات تخطط لنشاطات مميزة. وهي تضم اليوم ما يزيد على ٢٠٠٠ متطوّع، معظمهم عزاب.

ونظراً الى الفرص الكثيرة التي تتيح للعزاب التعرف الى شركاء لحياتهم من خلال جمعيات خاصة بالتعارف، كيف يفسّر جون التجاوب الحماسي مع منظمته؟

يقول: "ان معظم جمعيات التعارف التقليدية تركز على العثور على شريك. لذلك لا تأتي العلاقات الجديدة عفوية وطبيعية. اما نحن فنشارك في الحفلات

Jim Gordon

جون شيرر

لكي نأتي أعمالا ايجابية تفيد الآخرين ولكي نتمتع بأوقاتنا في آن. وهكذا يتم اللقاء كنتيجة طبيعية."

كوني زفيغ

في "لوس انجلس تايمس"

اثارة اللحظة الاخيرة

مزاجها الرائق يسوق الناس الى الجنون. فنجمة الاوبرا دام كيري تي كاناوا من الفنانات اللواتي يحتجن الى جدول أعمال مكتظ ومواعيد أخيرة قبل أن يُستثرن الى أوج الابداع المحموم. تقول كاناوا: "درجت أستاذة الصوت على سؤالي: لم تنتظرين حتى اللحظة الاخيرة يا عزيزتي؟ وكنت أجيبها: انها اثارة اللحظة الاخيرة، أنا أعشق ذلك الاحساس. اذ يكون الدور هناك جاهزاً في الموعد المضروب. هذه هي الاثارة."

ن.م.

المأساة والملهاة

المأساة لعبة مضمونة، فلديك ساعة ونصف ساعة لتؤثر في الجمهور. الملهاة اشد صعوبة. فثمة ناقد فوري هو الضحك. وحالما تبدأ التمثيل، فاما أن تسمع ضحكاً واما أن تضطرب وتتداعى.

ج.غ.

غرق المركب «فخر»

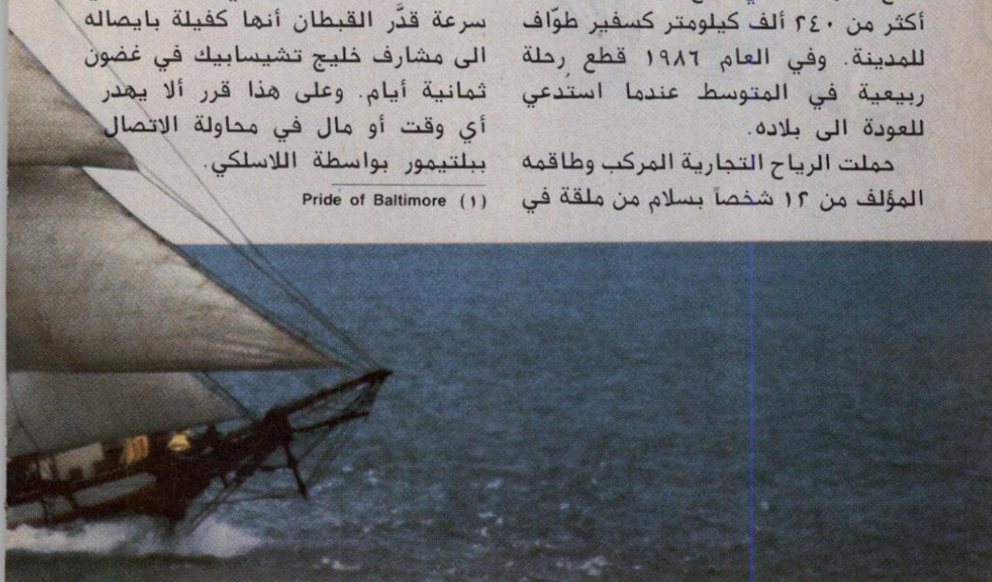
راح "فخر بلتيمور"(١) المركب الشراعي الامريكي ذو الصاريتين يتهادى في الميناء بخيلاء وأناقة قبل أن ينطلق الى عرض الاطلسي الذي غضّنت سطحه الريح. وهو بُني على صورة سفينة شراعية سريعة من القرن التاسع عشر لصاحبته السعيدة مدينة بلتيمور في ولاية مريلاند.

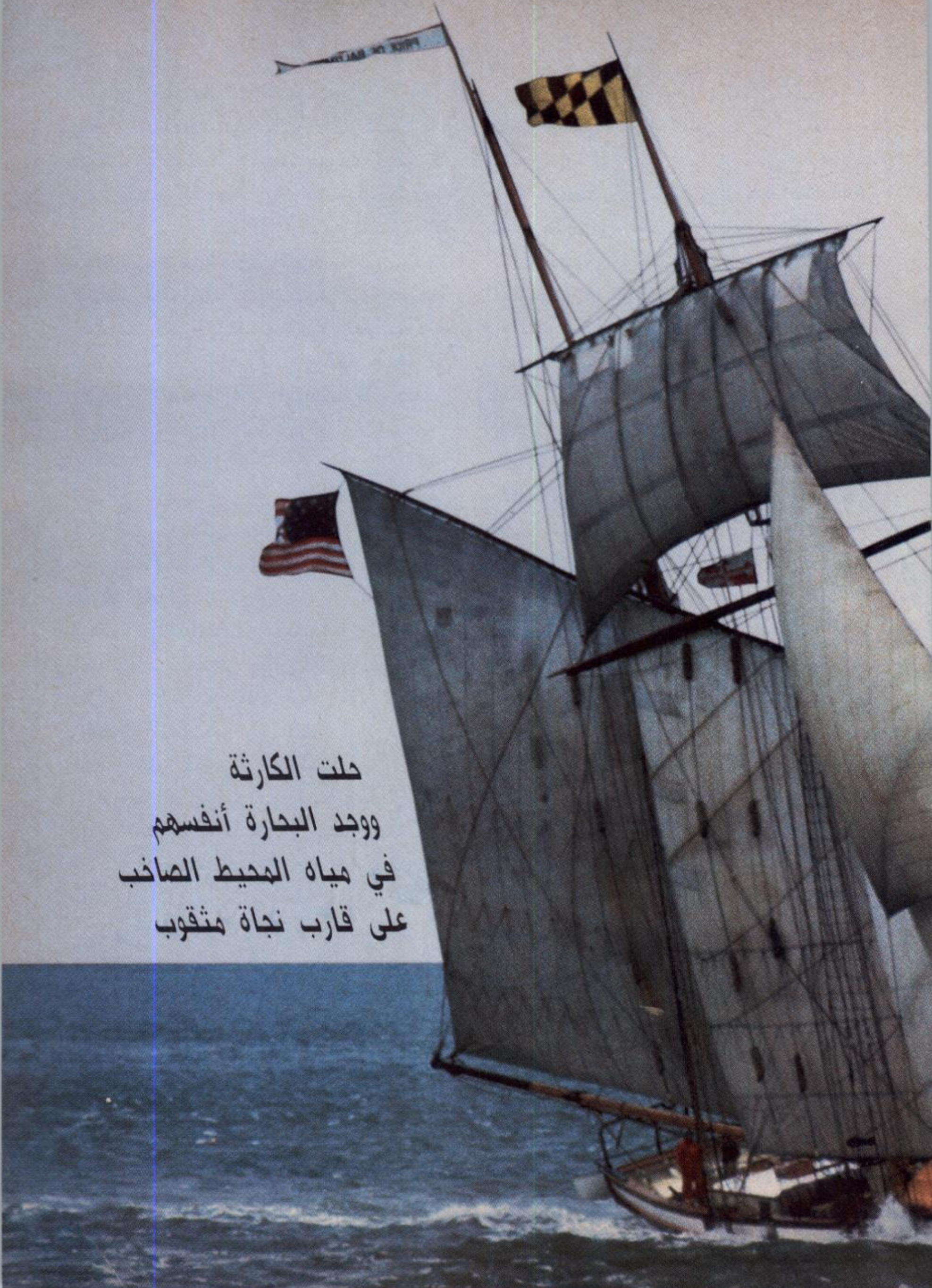
ومنذ انزاله الى الماء في العام ١٩٧٧ قطع المركب الذي صُنع كل ما فيه باليد أكثر من ٢٤٠ ألف كيلومتر كسفير طوّاف للمدينة. وفي العام ١٩٨٦ قطع رحلة ربيعية في المتوسط عندما استدعي للعودة الى بلاده.

حملت الرياح التجارية المركب وطاقمه المؤلف من ١٢ شخصاً بسلام من ملقة في اسبانيا الى جزر الهند الغربية (شمال فنزويلا) قبل أن يتوجه به قبطانه أرمن الساسر الى خليج تشيسابيك في بلتيمور.

وفي منتصف ليلة ١٣ مايو (أيار) ١٩٨٦ هبّت ريح من الشرق ملأت الاشرعة الأربعة المنشورة بين الصاريتين العاليتين من مقدّم المركب الى مؤخره وجعلته يندفع بسرعة عنيفة بلغت ثماني عقد (نحو ١٥ كيلومتراً في الساعة) وهي سرعة قدّر القبطان أنها كفيلة بايصاله الى مشارف خليج تشيسابيك في غضون ثمانية أيام. وعلى هذا قرر ألا يهدر أي وقت أو مال في محاولة الاتصال ببلتيمور بواسطة اللاسلكي.

(١) Pride of Baltimore





حلت الكارثة
ووجد البحارة أنفسهم
في مياه المحيط الصاخب
على قارب نجاة مثقوب

وفي الحادية عشرة من صباح الاربعاء صعد الساسر الى ظهر المركب وراح يراقب تغضنات قاتمة بعيدة أحدثتها على سطح المحيط رياح شديدة مصحوبة بمطر غزير. ولاحظ أن ارتفاع المياه بلغ حوالى مترين وأن الريح التي كانت تعصف بالعارضة الرئيسية في الميمنة اشتدت حتى بلغت سرعة المركب ٥٠ كيلومتراً في الساعة. ورغبة منه في تخفيف الضغط عن المركب قرر خفض مساحة الاشَرعة المنشورة.

صراع للبقاء - باستثناء طاهي المركب جايمس تشيسني (٤٥ عاماً) الذي بقي في الاسفل يحضّر الغداء، تجمّع أفراد الطاقم على ظهر السفينة وقد ارتدوا المعاطف الصفراء والجزمات الواقية من المطر. وكان أول ما فعلوه أن أنزلوا الاشرعة الامامية. لكن سرعة "فخر" ظلّت كما هي نظراً الى اشتداد الريح على الشراع الرئيسي.

قرابة الظهر ومن دون انذار سابق سُمع بين الاشرعة والصواري صفير حاد، ثم ضرب المركب اعصار استوائي لسعه كوابل من برَد وقلبه على جانبه(٢).

صاح الساسر: "أرخوا الاشرعة!"

إلا ان المركب مال أكثر وتابع الانقلاب على نحو لا يصدّق.

أمر القبطان بتحصين ذراع الدفة بأكبر عدد من الرجال حتى ضربت الاشرعة والصواري الماء. عندئذ صرخ: "فليتوجه الجميع الى قوارب النجاة في مؤخر المركب." وعلا صراخه فجأة حين تذكّر جايمس وجأر: "جايمس! أين جايمس؟"

اندفعت المياه على جايمس من فتحة السلم التي تؤدي الى ظهر المركب، وقذفت بنظارتيه وحذائه بعيداً. فأخذ نفساً عميقاً وراح يصارع المياه المتدفقة حتى وصل الى الفتحة وتمكن من الخروج.

أما ليسلي ماكنش (٣٠ عاماً) عريفة الملاحين فسبحت الى مؤخر المركب وأزاحت غطاء القنب عن قاربين للنجاة تحت ذراع الدفّة. لكنهما وجدتهما مغمورين بمياه البحر الذي كان يبتلع "فخر" بسرعة. وعندما غطس جون فلاناغان (٢٧ عاماً) خطيب ليسلي والمساعد الاول للقبطان كي يمسك بهما، تلقّى لطمة قوية على خاصرته من ذراع الدفة التي كانت تترجح من دون قيد، ضعضعت قواه وخلفته مصعوقاً. وتعين عليه أن يقاوم بضراوة لئلا تشدّه نزولا قوة الامتصاص التي أحدثها المركب الغائص. ولنصف دقيقة سبح يائساً مسافة مترين ونصف متر عائداً الى السطح.

وعندما ظهر مجدداً على سطح الماء تنفست ليسلي الصعداء. فجأة، أمامها مباشرة، رأت طرف السارية الامامية وقد اقتلعت الريح أعلامها الصفراء. فالمركب بعدما غمره الماء تماما دار وانقلب وبات "يبحر" عمودياً الى قعر المحيط.

ثلاثة مفقودين - ما ان التقط جون أنفاسه حتى رأى قاربي النجاة

(٢) قدَّر علماء الرصد أن اعصاراً خاطفاً من الهواء البارد ضرب "فخر بلتيمور." وهو شبيه بذلك الذي يضرب الطائرات ويشقّها متسبباً في فواجع جوّية رهيبة. وهذه الظواهر الطقسية التي اكتشفت حديثاً تكون عادة مصحوبة برياح تزيد سرعتها على ٣٠٠ كيلومتر في الساعة.

البرتقاليين تتقاذفهما الامواج. واندفع في اتجاه القارب الاقرب اليه فيما توجّه المساعد الثاني جو ماغيدي (٢٦ عاماً) الى القارب الثاني الذي راح ينتفخ آلياً متخذاً شكلا مربعاً مع ظلّة كالخيمة. لكنه لم يلبث أن صُدم عندما رأى صمامات القارب تتفتق والهواء يخرج منه محدثاً صوتاً كالصفير. وفي الوقت نفسه قذفت الريح قارب جون نحو الاشرعة والصواري متسببة في تنفيسه هو الآخر.

ربط جون قاربه بقارب جو فيما راح أفراد الطاقم يصلون الى المكان سباحة واحداً بعد آخر. وتجمّع ستة منهم حول قاربي المطاط متشبثين بما تبقى فيهما من جيوب هواء اتقاء من الغرق. والستة كانوا جايمس وليسلي وسكوت جيفري (٢٦ عاما) وروبرت فوستر (٢٣ عاماً) وسوزي هوسمان (٢٣ عاماً) وداني كراتشوك (٢٢ عاماً).

راحوا يبحثون بعيونهم عن رفقائهم المفقودين والقلق يساورهم. وسرعان ما شاهدوا جثة القبطان طافية بين الامواج العاتية على بعد ١٨ متراً.

بقي ثلاثة من الطاقم مجهولي المصير: المهندس فيني لازارو (٢٧ عاما) وكان شوهد للمرة الاخيرة يسير على متن المركب المقلوب، ونينا شاك (٢٣ عاما) وباري دكويرث (٢٩ عاما).

وبعد دقائق شوهدت جثة نينا.

أما باري فلم تلبث الامواج أن حملته في اتجاه المجموعة. وكان طافيا على وجه الماء يئنّ بصوت مرتفع. وأسنده اصدقاؤه طوال ساعتين، لكنّ معدته كانت منتفخة لكثرة ما ابتلع من ماء وهو استمر يبلع الماء كلما تكسرت حوله الامواج. ولم يلبث أن لفظ أنفاسه بين ذراعي جون.

ظلّ البحر هائجاً على رغم انحسار العاصفة. وكانت ليسلي في صراع مع الموج لكي تبقي رأسها فوق الماء. وفجأة صرخت: "اذا قدّر لنا أن ننجو يا جون فسوف نتزوج للحال!"

وأجابها جون: "نعم، بحق السماء!"

أدرك الجميع أن البقاء على قيد الحياة منوط بهم وحدهم. فلم يكن أحد سواهم يعلم أن المركب "فخر" غرق، لذلك لن يفتقدوا قبل ثمانية أيام.

القبطان الجديد - كان قاربا النجاة مزوّدين منافخ يدوية لم تلبث أن طفت على سطح الماء. إلا أنه سرعان ما تبيّن تعذر استخدامها لصعوبة امساك فوهة الصمّام بيد واحدة، وامساكها باليدين معاً يعرّض النافخ للغرق.

وبعد محاولات يائسة سألت سوزي: "الا يمكننا أن ننفخها بالفم؟" وأخذت

Photos (Taken in 1983): Greg Pease

نفساً عميقاً وراحت تنفخ في أحد صمامات القارب الذي استردّه جون، وساعدها جون وليسلي في ذلك. وبعد عمل ساعة كانت النتيجة المكربة قارباً نصف منتفخ مائلا الى جانب واحد ولا يقوى حتى على حمل واحد منهم.

راح جايمس ينفخ القارب الثاني باندفاع وثبات. وعندما انتفخ الجزء الاسفل هلّل له رفقاؤه مدركين أخيراً أنهم كانوا ينفخون في قارب مثقوب. أما جايمس فراح ينفخ من دون كلل. ومع هبوط الظلام أعلن الناجون جايمس تشيسني قبطاناً وتسلقوا القارب الذي صنعه من قطعة مترهلة من المطاط. وكانت للقارب ظلّة كالسقف.

تمكّن الناجون من تخليص بضعة كنوز: دلو من البلاستيك ذي سعة ١٩ ليتراً يحتوي على ماء أفسده الملح ومصباحين كهربائيين وسهمين ناريين للاشارة وحقيبة طبية صغيرة ورزمة تحتوي على ٤٠ قطعة من البسكويت وست صفائح تحتوي ماء عذباً سعة كل منها ٣١٠ مليليترات.

أما القارب الصالح المعدّ أصلا لستة اشخاص فكان مربعاً يبلغ ضلعه ١٧٠ سنتيمتراً ممّا اضطر الناجين الثمانية الى أن ينحشروا جالسين والكتف على الكتف وسيقانهم في محاذاة صدورهم. وكان عليهم أن ينزحوا الماء من القارب باستمرار. وخوفاً من أن ينقلب القارب راحوا يتناوبون على النوم.

مع طلوع الفجر نزل جون وليسلي وروبرت الى الماء لكي يتيحوا لجايمس أن ينفخ مزيداً من الهواء في القارب. لكنهم سرعان ما اكتشفوا أن البحر ليس مكاناً آمناً يلجأون اليه وان موقتاً هرباً من القارب المزدحم. فهم راحوا يرتجفون بشدة ولما يمضِ على نزولهم الى الماء اكثر من نصف ساعة. ومع ذلك لم يستسلموا أبداً لليأس. وكانت آخر مؤشرات لديهم أظهرت موقعهم ضمن الطرق التي تسلكها البواخر. فهم كانوا على مسافة ٣٩٠ كيلومتراً الى الشمال من بورتوريكو و٤٨٠ كيلومتراً الى الشرق من جزر باهاما.

شرنقة المطاط – أنشدت ليسلي ذلك الصباح أغنية متنافرة النغمات اشترك فيها الجميع.

وفي منتصف النهار لاحت في الافق سفينة سياحية بيضاء لم تكن تبعد عنهم اكثر من خمسة كيلومترات. فراح جو يصرخ ويلوّح بسترته وصاح: "اني ارى أشخاصاً على ظهرها." وبتوافق عام اطلقوا السهمين الناريين ولكن من دون فائدة.

ولم يخفّ شعورهم بالخيبة الا عندما بدأت السماء تمطر. وتمكنوا من جمع بعض الماء في الدلو مما سمح لكل منهم أن يشرب نصف كوب. وتلك كانت شربتهم الاولى منذ صعودهم الى القارب. إذ كانوا اتفقوا في ما بينهم على حصة يومية من الماء مقدارها ٤٥ مليليترا لكل منهم توزّع كل مساء في الساعة السادسة. أما البسكويت فجعلوا حصّة الواحد ربع قطعة يومياً يتناولها بين الصباح والظهر لتقوم مكان الفطور والغداء معاً.

وبسبب احتكاك الثياب المبللة بالجلد ظهرت القروح على الافخاذ والارداف وبدأت الامزجة تتكدّر وزاد حدّتها الهواء الفاسد داخل الظلة المغلقة. وكان الرفقاء يفتحون الظلّة كل نصف ساعة ليستكشفوا البحر حولهم.

شعر جايمس في اليوم التالي بحاجة ماسة الى الماء، وراودته فكرة شرب المياه المالحة. وفيما هو في هذا التفكير سمع فرقعة ورأى الدلو وصفائح الماء والقارب الثاني يحملها الموج بعيداً. وسرعان ما تبيّن أن حبل القطر الذي كان يربطها أفلت. وقفز سكوت وراءها من دون تردد. ومع أنه أمسك القارب إلا أنه لم يستطع التحكم به من دون مساعدة.

وناداه جايمس: "عد الى هنا ودعه يذهب!"

عاد سكوت وصعد الى القارب الذي كان يعلو ويهبط ويدور مع الموج وقد اصبح كلياً تحت رحمة البحر والريح.

ومع مرور الساعات تعاظم قلق الرفقاء وتضاعفت مشاكساتهم، إلا أنهم في ما يتعلق بالطعام والشراب ما فتئوا يظهرون اهتماما مخلصا بعضهم ببعض. ولم يكن أحد منهم ليتذمر إذا لم يأت تقسيم قطع البسكويت دقيقا أو اذا تفتتت أثناء التقطيع. وذات مرّة أوقعت ليسلي حصتها في الماء فعوّضها الآخرون من الفتات القليل الذي كان لديهم.

كانت الاسماك الصغيرة تسبح حولهم ممّا حدا جون على صنع طعم ليصطادها. وهو استخدم لذلك خيوطاً من قماش سرواله القصير وثبتها بدبوس وجده في الحقيبة بين الأدوات الطبيّة. غير أن الاسماك لم تبد أي اهتمام وخابت محاولاته. ثم شاهد جايمس سمكة كبيرة حاول أن يمسكها بيديه، لكن حركته جاءت بطيئة فأفلتت منه.

أمضى الناجون داخل شرنقة المطاط ساعات طويلة في ظلام دامس ممّا أفقدهم كل حسّ بالزمان والمكان. وما ان حل اليوم الرابع حتى كان معظمهم في هذيان. أصبح داني يسمع كلاباً تنبح، وبات جايمس مقتنعاً بأنه في حديقة يابانية.

رؤى الليل – مع طلوع فجر الأحد بدا جايمس هزيلا كئيباً على رغم أن كلامه بقي مترابطاً ومنطقياً. وكان روبرت غير قادر على الحركة بسبب تقرحات جلدية في جسده أقعدته. أما ليسلي فكان ظهرها مسلوخ الجلد دامياً وحرارتها مرتفعة. وأما ذراعا جون فكانتا كتلتين من الكدمات الحمراء.

عند الغروب شاهدوا سفينة أخرى كانت قريبة الى حد أن سوزي رأت مداخنها، فراحت تلوّح بسترتها حتى ثقلت ذراعها وتيبست ولكن من دون فائدة.

في الاولى بعد منتصف الليل أخبرتهم ليسلي أن سفينة تلوح في الافق، لكن كلامها لم يلقَ أي استجابة. وهي أدركت أن أحداً من الركاب لن يرى القارب ما لم تر هي الانوار واضحة في السفينة. وفي هذه الحال تكون المسافة الفاصلة بينهما أقل من خمسة كيلومترات.

ارتاحت ليسلي مدّة ٢٠ دقيقة، وعندما تحققت ممّا رأته سابقاً صاحت: "اني أرى

الانوار على ظهر السفينة. سأرسل اشارة." وسلّطت نور أحد المصباحين الكهربائيين على الظلة البرتقاليّة وبالثاني ارسلت اشارة استغاثة.

من منصّة القبطان في ناقلة النفط النروجية "تورو" التي كانت متوجهة جنوباً الى فنزويلا، شاهد الحارس الانوار المتقطعة وأعلم القبطان ارني روستاد. وقدَّر هذا المسافة بين ناقلته ومصدر النور الخافت بأقل من ثلاثة كيلومترات ولم تظهر على شاشة الرادار أي اشارة ممّا جعل القبطان يظن أن ما يراه ليس سوى عوّامة لارشاد السفن. ولأنه لم يستطع الجزم بذلك فقد أمر بتسليط الاضواء الكاشفة على المكان.

في الثانية والنصف من صباح يوم الاثنين الواقع فيه ١٩ مايو (أيار) نقل الناجون من أفراد طاقم المركب "فخر" الى ناقلة النفط، وكانوا أمضوا اربعة أيام ونصف يوم تحت رحمة البحر.

وأبرق روستاد الى خفر السواحل في ميامي بفلوريدا الرسالة الآتية: "انتشلنا ثمانية ناجين من قارب للنجاة يعود الى المركب فخر بلتيمور."

نقل الناجون الثمانية من الناقلة "تورو" في طوافات تابعة لخفر السواحل الامريكي الى بورتوريكو للمعالجة. روبرت فوستر الذي أصيب بتقرحات جلدية شديدة، وجايمس تشيسني الذي كسرت ثلاث من أضلاعه، نقلا الى مستشفى في بلتيمور يوم الثلثاء حيث مكثا بضعة أيام. أما جون فلاناغان وليسلي ماكنش فوفيا بالعهد الذي قطعاه في الماء وتزوجا يوم ٣٠ أغسطس (آب). وكانت سوزي هوسمان وجو ماغيدي شاهدين.

بيتر مايكلمور

العمر والنضج

التقيت والد أحد زملائي السابقين أيام المدرسة فراح يخبرني عما صار اليه ابنه. أخبرني أنه متزوج وله ولدان ويكسب راتباً محترماً ولديه بعض التوظيفات المالية. ثم سألني: "وما وضعك أنت في الحياة؟" وعندما أجبته إني عازب ولي دخل لا بأس به وأقضي وقتي في التزلج ولعب الغولف بان عليه عدم الرضا. وبعد صمت قال: "يبدو أن التقدم في العمر إلزامي، أما النضج فهو اختياري."

غ.ر.

لعبة في السيارة

أخذ زوجي بالهاتف اللاسلكي الجديد الذي جهز به سيارته لمتابعة أعماله، حتى انه اتصل بي خمس مرات في اليوم الاول سائلا: "هل من رسائل؟"

وما ان أجبته عن سؤاله نفياً للمرة الخامسة حتى فاجأني بدخوله البيت.

لقد أجرى الاتصال من الباحة الخارجية.

د.ا.

شقق كنزنجتون - لندن - الفخمة...

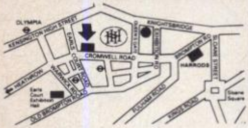
· HUNTINGDON HOUSE ·

Elegantly furnished apartments

offering the discerning visitor to London the standard and service found in a luxury hotel plus the privacy of one's own home.

Huntingdon House is an elegant block of furnished apartments situated in Kensington, within easy reach of Harrods and Harvey Nichols at Knightsbridge and perfectly positioned for easy access to virtually all of London's finest attractions, including Hyde Park and The Royal Albert Hall. West End shopping, restaurants and night life together with Kensington's famous museums are also nearby.

There is a choice of apartments from one to three bedrooms, each with private entrance hall, large reception/dining room, luxury bathroom and fully fitted modern kitchen. Air condition and Central heating, colour television and direct-dial telephones are fitted as standard. Twenty-four hour porterage and daily maid service is also provided.



HUNTINGDON HOUSE

200-222 Cromwell Road, London SW5 0SW
Telephone: 01-373 4525/6/7/8/9
Telex: 25293 Hunting-G

مع ٦ بنت هاوس (Penthouse) مجهزة ومكيفة لخدمتكم

...حللت أهلاً ووطئت سهلاً

للحجز ومزيد من المعلومات: ٢٠٢ كرومويل رود - لندن SW5 - هاتف ٣٧٣٤٥٢٥-٠١- تلكس ٢٥٢٩٣

فريدي سبنسر

ذات ليلة صيف قائظة في تكساس عام ١٩٦٧، اعتمر صبي في الخامسة، لين الاعطاف يتدلى شعره الاسود الى عينيه، خوذة واقية من الصدمات بدت اكبر من رأسه بكثير. اعانه ابوه على ركوب دراجة صغيرة اوقفها ثابتة عند نقطة الانطلاق في الطريق الوعرة وجذب شريط البداية بقوة. فرقع محرك جزازة العشب الموصول بالدراجة هادراً فيما انطلق فريدي سبنسر الصغير في أول سباق للدراجات النارية يشارك هو فيه.

وكلما انعطف انعطافاً صحيحاً، تسقط سلسلة القيادة من سن العجلة مما يضطره الى التوقف وإعادة السلسلة الى موضعها. يقول متذكراً ذلك السابق: "انتهيت اخيراً بعد جهد، متخلفاً ثلاث دورات في سباق من خمس."

هذا الصبي الجريء هو اليوم فتى في الخامسة والعشرين يعرفه هواة سباقات الدراجات النارية في العالم الذين يعدون بالملايين، "فريدي سبنسر السريع." وقد غدا أول راكب يفوز بالاكليل الثلاثي في دايتونا عام ١٩٨٥. وكان ايضاً اول من يحوز البطولة الثنائية فائزاً بالجائزة الكبرى في كل من سباق مجموعة الدراجات النارية "٢٥٠ س س"، والمجموعة الاخرى الاكثر اهمية للدراجات ذات الـ"٥٠٠ س س." وتوج ذلك كله بان اصبح اول درّاج يفوز بجائزة الالعاب الرياضية الدولية للعام ١٩٨٥ في اوروبا.

ان فريدي هو افضل متبار شهدته سباقات الدراجات النارية.

بعيداً من المضمار، لا يبدو على فريدي المتأنق في بذلة رجل الاعمال انه الفتى الذي دأب على الفوز في سباقات الدراجات الملأى بالخشونة على مدى ٢٠ عاماً. عدد من الصحافيين يطلق عليه اسم "إي. تي." تيمناً بالكائن الاسطوري الدخيل في فيلم الخيال العلمي الذي يحمل العنوان نفسه، إذ انه فائق البراعة، مقارب الكمال مما يجعله يبدو غير واقعي الى حد ما.

انه ناحل الجسم، طوله حوالى ١٦٥ سنتيمتراً ووزنه ٦٩ كيلوغراماً، دمث، رقيق الصوت. وهو إلى ذلك بهي الطلعة، متواضع، واضح النبرات، شديد الورع ومتوقد الذكاء.

يتجاوز دخل فريدي من السباقات هذه السنة مليون دولار.

عائلة دراجين — جد فريدي ووالده وشقيقه داني الاكبر سناً، يشتركون جميعاً في سباقات الدراجات النارية. وشقيقته الكبرى ليندا، تنخرط في سباقات العربات التي تجرها الجياد.

لقد تدرب فريدي في فناء دار أهله على ركوب دراجة نارية في شريفيبورت، وهي مدينة يقطنها ٢٠٩ آلاف نسمة

Courtesy of Jack Hodges III Communications, Inc.

الـــدرّاج النـــاري

فريدي سبنسر السريع منافس ضار، ولعله افضل متسابق شهدته مضامير الدراجات النارية في العالم

Steve Powell / Sports Illustrated

(الى اليسار) اكليل غار لسبنسر بعد فوزه في سباق "الجائزة الكبرى" باسبانيا عام ١٩٨٣. (تحت) سبنسر يتقدم المتسابقين على "الجائزة الكبرى" في بلجيكا عام ١٩٨٥.

فريدي في السابعة من عمره على دراجة "هوندا" في دالاس بتكساس.

Courtesy of Jack Hodges III Communications, Inc.

وتشتهر بانتاج الزيت والقطن وبعازف البيانو فان كليبورن.

اثر خسارته اول سباق له في الخامسة من عمره، طلب من ابيه دراجة اقوى وسرعان ما حصل عليها. وهي دراجة هوندا صغيرة "٥٠ س س." بعد بضعة اسابيع خاض سباقات عدة وحقق فوزاً. ولم يخسر ثانية ذلك العام. وبحلول ١٩٧٢ حين بلغ العاشرة من العمر كان فاز بـ٨٣ سباقاً من اصل تسعين شارك فيها.

لم يبد فريدي الصغير بهزاله متسابقاً، غير انه منافس ضار على طرق تكساس الوعرة المعروفة بالدروب "الخارجة على القانون"، إذ انها غير مجازة من الاتحاد الامريكي للدراجات.

واذ بلغ الحادية عشرة، بعد ست سنوات امضاها في جولات الطرق الوعرة، انخرط في سباقات الطرق، وأخذ يألف بتوق المنعطفات الحادة على الطرق غير المسورة، والسرعات البالغة ١٠٥ كيلومترات في الساعة على الطرق المستقيمة. وسرعان ما انتقل الى مسابقة الشبان في العشرين والثلاثين من العمر، وبعضهم محترفون.

ذات مرة فاز فريدي في عشرة سباقات ليوم واحد في خمس مجموعات منفصلة. وهو يقول عن ذلك: "احسست بعض الأيام كأن لا وقت لدي لنزع الخوذة عن رأسي." أما جوان سبنسر، والدة فريدي، فلديها تعليل مختلف. ففي ختام كل سباق كانت تقدم الجائزة إليه فتاة جميلة: "وقد بلغ من حيائه حداً انه درج على ابقاء خوذته على رأسه كي لا يقبّل الفتاة حاملة الميدالية."

عبر السنين استهلكت عائلة سبنسر أحدى عشرة شاحنة وثلاثة منازل متنقلة تجرها سيارات الى اماكن السباقات في عطل نهاية الاسبوع. واستمر دكان البقالة الصغير الذي تملكه الأسرة يغطي مصاريف الانتقال الكبيرة الى ان بدأ فريدي، بعد بضع سنوات، يحصد جوائز مالية كانت في الغالب خوذات ملأى بالدولارات الفضية.

بحلول عام ١٩٧٧، غدت جوائزه المالية ذات عون كبير للعائلة.

كان فريدي في الخامسة عشرة من عمره أصغر بطل قومي في اتحاد المتسابقين المتجهين من الغرب نحو الشرق عبر التاريخ، على رغم انه ما زال يافعاً لقيادة سيارة حسب القانون.

عام ١٩٨٠ وقّع عقداً مع فريق "هوندا" الأمريكي.

عندما تغلب فريدي على بعض المتسابقين الاوروبيين الممتازين في دايتونا، قدموا اليه شراباً أقر بانه لم يستطب مذاقه.

صدمة بريطانيا – قصد بريطانيا في مارس (آذار) ١٩٨٠ للمشاركة في سباقات "ماتش." وهو يقول: "كانت صدمة لي، إذ وصلت الى انكلترا وانا في الثامنة عشرة. إنها المرة الاولى اغادر الولايات المتحدة وأحقق فوزاً. كان هناك ٩٠ ألفاً اضافة الى ١٥٠ صحافياً.

ولا يخسر فريدي سباقاً إلا بسبب عطل ميكانيكي أو عندما يصدمه راكب آخر: "لقد دأبت على السباق طويلا، فغدا طبيعة ثانية فيّ."

عندما بلغ الرابعة عشرة، اشركه والده في خمسة انواع متباينة من السباقات، كي يعتادها جميعاً. تدرب فريدي على التحكم في تبديل ترس المحرك الايمن أو الأيسر من دون التفكير بذلك. وفيما المتسابقون الآخرون يحللون كيف ينعطفون وأي مسار يسلكون، يراقبهم فريدي مخططاً سلفاً لما سيفعل عند منعطفين او ثلاثة.

لقد افاده اسلوبه في الركوب، على رغم انه مخالف للمبادىء المتعارف عليها في سباقات الدراجات النارية حيث يستعمل المتسابقون في الغالب علامات الكبح، مستظهرين المواضع والتعرجات والمسالك او المعالم اللافتة الأخرى في الطريق، فيعرفون بذلك متى يتباطؤون او يعجلون. اما فريدي فلا يفعل ذلك "مطلقاً" بل يحدسها "حدساً على نحو تام. وهذه إحدى مزاياي. انها فكرة اضافية اعفيت منها."

كثير من المتسابقين يرسمون كل انعطاف ويحتفظون بمدونات موجزة ودقيقة عن طريقة الكبح أو تخفيف السرعة وتبديلها، فيما فريدي يستعيد الطريق في ذهنه متخيلا موضع زيادة سرعته، لكنه لا يدون أياً منها.

نادراً ما يجلس فريدي من دون حراك إذ يشترك في سباق. إنه يبدل وضعه على الدراجة باستمرار، دائراً على محورها وشاقاً طريقه بالتواء، متباطئاً على جانب ثم على آخر، واضعاً الدراجة على بعد كافٍ كي تلامس ركبتيه الاسفلت، ويقول في ذلك: "اني اوجه الدراجة بجسدي إلى حد كبير."

اسلوب خاص – ومثل معظم المتسابقين الناجحين، يفوز فريدي في الانعطافات السريعة الخطرة اكثر من الانطلاق بسرعة على الطرق المستقيمة. انه يميل بدراجته اكثر عند الانعطاف مزلقاً الدولاب الخلفي ثم يتسارع متبعاً الاسلوب الامريكي المميز المستمد من خبرته على الطرق الوعرة.

في هذه الاثناء تبطىء غالبية المتسابقين كي تنعطف حول زاوية ما. ويشرح فريدي طريقته بالآتي: "اني اتجه الى المنعطف اكثر انحرافاً واعبره بسرعة اكبر منطلقاً منه بسرعة اكبر كذلك."

قبل الشروع في السباق، يجلس فريدي بهدوء منتظراً لحظة الانطلاق، وهو

يتلو دعاء. انه لا يبتهل من اجل الفوز: "اني ابتهل من اجل سلامة كل المتسابقين واشعر بطمأنينة حقيقية."

وعلى رغم اصابته حديثاً بجروح في معصمه ورقبته فانه لم يتأذ ابداً على نحو خطير.

هذه الايام يقطع فريدي مسافة تزيد على ٢٠٠ الف كيلومتر سنوياً من اجل دورة "الجائزة الكبرى" وعروض دعائية.

يجلس فريدي وراء مكتبه في الوسط التجاري لمدينة شريغيبورت مشرفاً على مجموعة شركات تضم مؤسسات تعنى ببيع ملابس سباق في اليابان ومركز تسوق ومجمعاً سكنياً وبرنامج تقاعد ومساحات من الأرض البكر، اضافة الى توظيفات أخرى في تكساس ولويزيانا.

ويبدو فريدي سبنسر اذ يجلس على كرسيه الدوار ذي الجلد الابيض، محاطاً بآلات الانظمة الصوتية المجسمة والفيديوات والهواتف المعقدة وبعض ميداليات "الجائزة الكبرى" التي حازها - يبدو في ذلك كله كطفل جالس خلف مكتب أبيه.

دولاب الربح - عندما يسافر خارج الولايات المتحدة للاشتراك في بطولات عالمية يسبقه فريق من خمسة عشر شخصاً، واوتوبيس من طبقتين، ومطبخ متحرك ومنزل متنقل وعدد من الشاحنات المحملة دراجات سباق.

في آسن بهولندا حيث يحتشد على الأرجح اكبر جمهور لـ"الجائزة الكبرى" يعد بين ١٣٠ و١٤٠ الفاً، يتوافد ١٥ الفاً او يزيد ممتطين دراجات نارية.

البطولة النهائية في موسم "الجائزة الكبرى" تتألف من ١٦ سباقاً في ١٥ بلداً مختلفاً بين اواخر مارس (آذار) ومستهل اكتوبر (تشرين الاول)، وتجرى وفقاً لنظام النقاط، حيث لا يتوجب على البطل ان يفوز بالسباقات كلها.

توج فريدي بطلا على مجموعة الدراجات "٢٥٠ س س" يوم الاحد ٤ أغسطس (آب) ١٩٨٥ في سباق "الجائزة الكبرى" الانكليزية في سيلفرستون في بريطانيا. وفي ذلك الحين تصدّر قائمة متباري الـ"٢٥٠ س س" بفارق عشرين نقطة، وغدا بطلا الاسبوع التالي في اندرستورب في اسوج.

واذ بلغ سرعات قصوى تبلغ ٢٥٠ كيلومتراً في الساعة في المضمار المستقيم باسكندينافيا، فقد انطلق نحو النصر في وقت قياسي هو ٤٢،٨ ثانية وحل في المرتبة الاولى.

ان فريدي يشارك في السباقات هادفاً الى الربح: "اجل، وهذا سبب وجودي هنا."

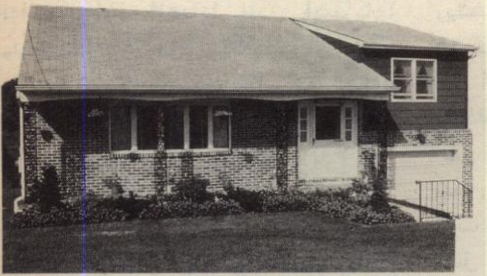
خلف ابتسامته الوادعة يقبع منافس شرس، وهو اذ يقوم بامر يبدو غير معقول على الدراجة، فلانه يعرف ان في وسعه ان يفعل ذلك."

جون س. تومكينز

يولد الاحباط عندما يغطي الثلج منحدرات التزلج ويقطع الطرق المؤدية اليها في آن.

ج.م.ح.

أصبح منزل ستانلي واتراس أشبه بكابوس. كان يحتوي على غاز الرادون الذي يسبب السرطان مما أجبر العائلة على هجره. هل يُعدّ هذا من غرائب الطبيعة؟ لا، فثمة ملايين من المنازل تواجه المشكلة ذاتها



حَجَرُ الصَّوان غيرُ صحّيّ!

مثل أي شخص آخر يعمل في محطة ليميريك للطاقة النووية في شرق ولاية بنسلفانيا، كان على ستانلي واتراس أن يمر عبر آلة كشف الاشعاع قبل مغادرته المبنى. مرّ معظم زملائه عبرها من دون أي مشكلة، لكن واتراس، وهو يعمل مهندساً، كان يسبّب اطلاق صفارات الانذار باستمرار. ففي بعض الأيام كان يُكتشف أنه يحمل في جسمه اشعاعات تفوق المقدار العادي بست مرات. ولم يدر واتراس ولا زملاؤه من أين كان يلتقط الاشعاعات.

ذات يوم دخل واتراس المحطة، وبحافز داخلي استدار ومرّ عبر آلة الكشف قبل دخول قسم توليد الطاقة. ومع ذلك أظهرت الآلة أنه "ملوّث." ويتذكر واتراس: "ساعتئذ أخذت أفكّر في مصدر الاشعاعات. إن لم أكن ألتقطها أثناء وجودي في العمل فثمة مكان واحد فقط قد يسبّبها هو منزلي."

عندما قصد الباحثون منزل واتراس المتواضع في منطقة ريفية قرب بويرتاون في بنسلفانيا وجدوه ملوّثاً جداً بالرادون، وهو غاز إشعاعي طبيعي. وهكذا كان المنزل مصيدة للموت، والعيش فيه لمدة سنة يعادل أخذ ٢٦٠ ألف صورة للصدر بالاشعة السينية (إكس). وفي غضون السنة التي قضاها آل واتراس

Condensed from Rodale's New Shelter (January '86), © 1986 by Rodale Press, Inc., Emmaus, Pa. Photo: Mitch Mandel / Rodale Press, Inc.

هناك زادت نسبة احتمال اصابتهم بالسرطان بنسبة ١٣ أو ١٤ في المئة.

وفي ٦ يناير (كانون الثاني) ١٩٨٥ أنزلت العائلة شجرة الميلاد وحزمت بعض أمتعتها وانتقلت الى نزل قريب. لم يسع الوالدين أخذ الهدايا التي اشترياها لولديهما الصغيرين، لأنها يجب أن تخضع لعملية تطهير من التلوّث. ويقول واتراس: "كان ذلك كابوساً مرعباً من الناحيتين الطبية والمالية."

ملايين البيوت - أطل الفرج عندما تبرعت شركة كهرباء فيلادلفيا، مالكة محطة ليميرك، بمعالجة المشكلة التي يواجهها آل واتراس كتجربة لمعالجة واحدة من "أسوأ الحالات." تفحّص العلماء كل زاوية من المنزل. وعندما وصلوا الى الأسس وجدوا أنها مبنية على صخر يحتوي على مادة اليورانيوم.

واليوم عادت العائلة الى المنزل وسط مراقبة مستمرة لمستوى الاشعاع. الزوجة دايان قلقة من الضرر الذي لحق بصحة أفراد عائلتها خلال السنة التي عاشتها في المنزل الملوّث. وتقول: "أنا لم أدخّن ولم أقرب الكحول أثناء فترتي حملي. ولكن بعد ولادة طفليّ فانهما عاشا في جو مشحون بالاشعاعات."

لو كان منزل آل واتراس فريداً من نوعه لانتهت القصة عند هذا الحد. انما الأمر ليس بهذه البساطة. يقول برنارد كون أستاذ الفيزياء في جامعة بيتسبورغ بولاية بنسلفانيا: "ليست ثمة منطقة يمكن التأكيد أنها خالية من درجة عالية من غاز الرادون."

كم بيتاً يحتوي على درجة مؤذية من الرادون؟

تقدّر الوكالة الامريكية لحماية البيئة أن العدد يراوح بين مليون وخمسة ملايين في الولايات المتحدة فقط. ويشير ريتشارد توهي الذي يَدْرس مادة الرادون في مختبر أرغون الوطني بولاية ايلينوي، الى أن ما يراوح بين خمسة وعشرة في المئة من المنازل في البلاد قد تحتوي على كميات مضرّة من الرادون. ويفيد وارد ألتر رئيس شركة "تيرادكس" التي تصنع آلات كشف الرادون أن ٢٨ في المئة من أصل ١٠ آلاف بيت كشفت عليها شركته تعدّت مستوى الرادون المأمون.

مياه الآبار - كيف دخل الرادون جميع تلك المنازل؟

ان الراديوم الذي يتشكل منه الرادون متوافر بكميات قليلة في معظم الأتربة. إلّا أنه مركّز بدرجة عالية في اليورانيوم والفوسفات، وهما مادتان موجودتان بكميات صغيرة في الغرانيت والطين الصفحي الأسود(١). وعندما ينبعث غاز الرادون من هذين المعدنين فانه يتسرّب عبر التراب ويتبدد في الجو من دون أذى، إلّا اذا اعترض تبدده أحد المنازل.

عندما تعترض المنازل تصاعد الرادون يمكن أن يصبح الغاز خطراً. ولا يستبعد أن تصل نسبته داخلها الى عشرة أضعاف نسبته خارجها. ويتسرب الغاز الى المنازل عبر شقوق في الأسس ومضخات المجاري ومصارف المياه.

(١) الغرانيت هو الصوّان. والطين الصفحي صخر مشكل من صلصال ويتميز بسهولة انفلاقه طبقات.

كذلك يتسرب الرادون الى المنازل عبر امدادات المياه. أن معظم المياه المحلية نظيفة ما دام الرادون يتبدد قبل أن تصل الى المنازل. غير أن لمياه الآبار موضوعاً آخر. فاذا احتوت صخرة تحت البئر على نسبة عالية من الرادون، فثمة قسم من الغاز يذوب في مياه البئر. واذ يتدفق الماء من الصنابير (الحنفيات) ومرشات الاغتسال (الدوش) ويدخل الغسالات، فان معظم الرادون يتبدد في الجو.

إن الرادون الموجود في مياه الآبار، خصوصاً في شمال نيو إنغلند، هو مبعث رئيسي للقلق. فعندما أجرت إليانور لاكوم فحوصاً للمياه في منزلها، وهي باحثة تدرس الرادون في مركز ماين الطبي ببورتلاند، وجدت أن نسبة الرادون فيها تفوق النسبة المقبولة بـ٢٥ مرة. وليس غريباً ان تزيد نسبته في آبار ماين ٥٠ مرة على النسبة المقبولة.

كانت لاكوم محظوظة. فلو عاشت في بيت محكم الاغلاق بدلا من بيتها القديم الذي يدخله الهواء، لكانت حالها أسوأ بكثير. فالمنزل الذي يضبط الحرارة يزيد من مشكلة الرادون. وتقليل تسرّب الهواء من طريق سد الشقوق يبقي على الغاز داخل المنزل مدة أطول وبنسب عالية.

تبقى أسئلة كثيرة من دون إجابات. لكن ثمة موضوعاً لا لبس فيه وهو أن التعرض لغاز الرادون فترة طويلة يمكن أن يسبب داء السرطان. وقد أثبتت الدراسات التي أجريت على عمال المناجم حقيقة ذلك. فالسؤال اذاً ليس هل ان الرادون يسبب السرطان، بل كم حالة سرطانية سببها.

تشير التقديرات الى أن الاصابات تراوح بين خمسة آلاف و٣٠ ألفاً سنوياً. وفي أي حال، فمن المتفق عليه عموماً أن الرادون سبب رئيسي لسرطان الرئة بين الذين لا يدخنون.

ازدياد السرطان – عندما يدخل غاز الرادون بيتا فانه ينحلّ الى جسيمات اشعاعية تلتصق بالغبار والدخان. وعندما يتنشقها المرء تستقر في الرئتين وجهاز التنفس العلوي حيث تواصل ارسال جسيمات "ألفا" (٢).

إن لغاز الرادون عمراً نصفياً (٣) قصيراً يدوم ٣،٨ أيام، أي ان نصف الاشعاعات يتبدّد في ٣،٨ أيام، ومن ثم يتبدد نصف ما تبقى في ٣،٨ أيام أخرى، وهكذا. وانت لن تواجه خطر الاصابة بالسرطان اذا قضيت أسبوعاً أو حتى سنة في بيت يحتوي على نسبة معتدلة من الرادون. ولكن اذا عشت في ذلك البيت مدة عشرين سنة فان احتمال اصابتك بالسرطان يزيد. وعملياً، ليست ثمة أعراض قصيرة الأجل تنبىء بالاصابة.

يقول روبرت يوهنكي الذي يعمل محامياً لدى صندوق حماية البيئة في كولورادو: "بدأنا نزيد تعرضنا لغاز الرادون قبل عشر سنين عندما أحكمنا إغلاق بيوتنا. وبعد عشر سنين قد نشهد مزيداً من الاصابات بسرطان الرئة."

ويضيف الاستاذ كون: "ان سياسة الحكومة تقضي بعدم القلق حيال

---

(٢) Alpha particles

(٣) العمر النصفي (half life) هو الزمن الضروري لتفكيك نصف ذرات مادة ذات نشاط اشعاعي.

الاشعاعات الطبيعية." لكن الاحتجاج الشعبي أدّى الى دراسة تجريها وكالة حماية البيئة وتبلغ كلفتها ملايين الدولارات بهدف تحديد مدى مشكلة الرادون في أمريكا. احدى أولويات الوكالة هي تعلّم سبل أفضل لتحديد الأراضي التي ترتفع فيها نسبة الرادون قبل تشييد منازل عليها.

الاول وليس الاخير - قد لا يبدو ذلك سهلا. فمنزل آل واتراس واحد من ٣٠٠ ألف منزل بنيت على طبقة صخرية من الغرانيت تحتوي على معدن اليورانيوم وتمتد عبر أجزاء من بنسلفانيا الى نيويورك ونيوجرزي. وكون بيتك مبنيا على الصخر لا يعني أنه ملوث. فثمة عوامل أخرى مثل نفاذ التربة تؤدي دوراً في ذلك. الطين مثلا يصدّ الرادون أكثر من الرمل. وعلى رغم أن منزل واتراس سجل نسبة عالية من الرادون زادت ٦٥٠ مرة على المعدل الطبيعي، فان المنزل المجاور أظهر أنه خال من الاشعاعات.

في أسوج (السويد) يمنع بناء أي منزل قبل فحص الارض التي سيشاد عليها والتثبت من خلوها من الرادون. واذا تبين أن نسبة الرادون مرتفعة فان المالك ينصح باتباع تدابير خاصة وضعتها الحكومة تضمن عدم تلوّثه. وقد تطبق الخطة في بلدان أخرى.

في غضون ذلك لا أحد يعلم كم هناك من المنازل المماثلة لمنزل آل واتراس. يقول ريتشارد غيموند من وكالة حماية البيئة: "ليس واقعياً أن نأمل أن يكون المنزل الاول الذي وجدناه ملوثاً هو الأسوأ بين المنازل. فلا بد من أن يكون هناك غيره بالدرجة ذاتها من السوء وربما أسوأ منه."

مايكل لافافور

لحظات غير ضائعة

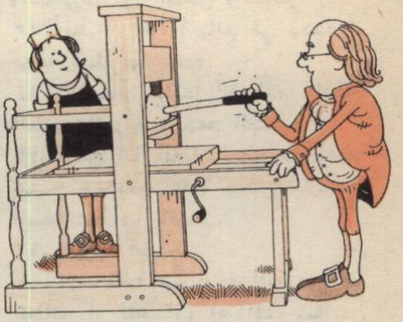
قال الصحافي: "معروف عنك يا سيد طارق أنك ثقفت نفسك بنفسك. فكيف تسنّت لك هذه القراءات الكثيرة الواسعة طوال هذه السنين الحافلة بالجد والعمل؟"
أجاب طارق: "ذلك أمر بسيط. لقد أبقيت أمامي على الدوام كتاباً مفتوحاً كنت أقرأ فيه كلما قال لي المتصل بالهاتف مستمهلا: لحظة من فضلك."

هـ.د.

برقيات شولتز

اعتاد جورج شولتز وزير الخارجية الامريكية ان يضمّن برقياته من الخارج الى الرئيس رونالد ريغان، نكتة ليتحقق من اطلاعه عليها. فمتى عاد وبادره ريغان: "تلك كانت نكتة رائعة يا جورج، لقد رويتها للجميع،" عرف عندئذ أن البرقية وصلت الى الرئيس.

ر.ك.



دائرة المعارف

كلمات الدائرة هذا الشهر منتقاة من الاعداد الاربعة الاخيرة من "المختار". وقد وضع أمام كل كلمة أربعة معان، واحد منها صحيح. وعلى القارىء أن يختار المعنى الذي يعتبره مناسباً، ثم يقلب الصفحة ليحصل على الاجوبة ويقيس مستواه.

١. هرع: ارتعب - وبَّخ - أراق - مشى بسرعة.

٢. تفشَّى: حنق - كثر - انتقم - لبس خفيف الثياب.

٣. خذله: ترك نصرته - أوقعه - أهانه - خدعه.

٤. مرأى: عين - وجه - منظر - ظاهر كاذب.

٥. سِمّ: من الطيور - ثقب - لؤم - علامة فارقة.

٦. معقِل: رأس - لجام الدابة - لسان - ملجأ.

٧. سديم: ضباب - نجم بعيد - أفق - أول الليل.

٨. طائل: رجاء - مطر خفيف - منفعة - حاكم مستبد.

٩. أهابَ: علَّم - أجبر - دعا - أعطى كل ما لديه.

١٠. بَسَم: همس - لمس بأنامله - اتهم - ضحك من غير صوت.

١١. انتفى: ضد ثبت - خمد - تراجع - سقط ريشه.

١٢. جهير: غالي الثمن - عالٍ - صادق - خفيّ.

١٣. إطراء: نعومة - حياء - مدح بالغ - تنكيس الرأس.

١٤. خضمّ: أسد - منخر الحيوان - مصيبة - بحر عظيم.

١٥ - أرهجَ: تألّق - أثار الغبار - تلعثم - عرج في مشيته.

١٦. تبرَّم: تضجَّر - أنكر ما عليه - تنزَّه - تدلَّل.

١٧. إسفاف: تكرار - تتبُّع الامور الدنيَّة - أسَف - انحناء.

١٨. وَدَج: خاصرة - مقعد فوق جمل - وتد - عِرق في العنق.

١٩. مخضَّب: مدمًّى - مبلَّل - ملوَّن - معطَّر ومحلّى.

٢٠. لذع: لفح وأحرق - جرح - ردع - عضّ ولدغ.

٢١. رها: سار سيراً سهلا - أصغى - شحذ - أودع مالا.

٢٢. صفد: دم متجمد - ظفر - حيوان بحري - وثاق.

٢٣. خانع: كريم - خاضع ذليل - جائع - جاثم.

٢٤. رزح: شاخ - أزاح - سقط ولصق بالارض - مات.

٢٥. أيكة: شجر ملتفّ - لبان - خزانة - غرفة صغيرة.

الأجوبة الصحيحة

١. هرع اليه: مشى اليه باضطراب وسرعة.

٢. تفشّى المرضُ القومَ أو بالقوم: كثر فيهم. التفشي عند أهل العربية: تفخيم الحرف عند النطق به.

٣. خذله: ترك نصرته واعانته. تخاذلت رجلاه: ضعفتا.

٤. المرأى والمرآة: المنظر. يقال: هو مني بمرأى ومسمع، أي بحيث أراه وأسمعه.

٥. السِمّ: الثقب كثقب الابرة. السِمام والسُموم من الانسان: فمه ومنخراه وأذناه.

٦. المعقِل: الملجأ، والجبل المرتفع. اعتقله: حبسه، اعتُقل لسانه: حُبس عن الكلام.

٧. السديم: الضباب. سَدِم الماء: تغير لونه لطول عهده.

٨. الطائل: القدرة، الغنى، الفضل. يقال: هذا أمر لا طائل فيه، أي لا منفعة.

٩. أهاب بصاحبه: دعاه. تهيَّبه: خافه، أيضاً أخافه.

١٠. بَسَم وتبسَّم وابتسم: ضحك قليلا من غير صوت. المبسِم: الثغر.

١١. انتفى: ضد ثبت.

١٢. صوت جهير: عالٍ. جَهَر الامرَ وبالامر: أعلنه. يقال: هو عفيف السريرة والجهيرة، أي الباطن والظاهر.

١٣. أطراه إطراء: بالغ في مدحه أو مدحه بأبلغ ما عنده.

١٤. الخِضَمّ: البحر العظيم. أيضاً: السيِّد والكريم والجمع الكثير.

١٥. أرهج: أثار الغبار. أرهج بين القوم: هيَّج بعضهم على بعض. أرهجت السماء: همَّت بالمطر.

١٦. تبرَّم: تضجَّر.

١٧. الاسفاف: تتبُّع الامور الدنيَّة. أسفَّ الطائر أو السحاب إسفافاً: دنا من الارض.

١٨. الوَدَج: عرق في العنق ينتفخ عند الغضب، وهما ودجان. جمعه أوداج.

١٩. مخضّب: ملوَّن. تخضّب بالحناء: تلوَّن.

٢٠. لذعته النار: لفحته وأحرقته. لذعه بلسانه: أوجعه بكلام.

٢١. رها: سار سيراً سهلا. والبحرُ: سكن. الراهي من العيش: الطيِّب الساكن.

٢٢. الصفد: الوثاق والقيد. أيضاً: العطاء. يقال: الصَفَدُ صَفَدٌ، أي العطاء قيد. جمعه أصفاد.

٢٣. خنع له وإليه: خضع وذل، فهو خانع.

٢٤. رزح الجمل: سقط ولصق بالارض ولم يستطع النهوض هزالا أو تعباً. والرجلُ: ضعف وذهب ما بيده.

٢٥. الأيكة: الشجر الكثير الملتفّ.

المستوى

٢١ - ٢٥: ممتاز
١٤ - ٢٠: جيد جداً
٩ - ١٣: مقبول

الحياة في انتظارهم

لن يخطف الموت ضحايا الصدمات والجروح الخطرة لو وجدت مراكز معالجة في كل مقاطعة وناحية

في أرجاء الولايات المتحدة عندما يمنى شخص باصابة خطرة فإن فرص بقائه حياً ضئيلة جداً. وحتى الآن ليس هناك سوى ٥٠ مستشفى في البلاد مؤهلة لعلاج الصدمات والجروح الخطرة (١) مع ان هذه - لا السرطان ولا أمراض القلب - هي السبب الرئيسي لوفاة من هم دون الخامسة والأربعين.

قبل عهد قريب انشأت احدى الهيئات مركزاً لمعالجة الجروح والصدمات هو مستشفى ميرسي ومركزه الطبي في سان دييغو بكاليفورنيا. وخلال الاشهر الستة الاولى لعمله خفض المركز الوفيات بنسبة ثمانية في المئة. ولكن حين أُدخل كريستوفر فالفا المركز بعد عشرين دقيقة من إصابته بجرح في القلب بطعنة سكين، تعين على الطبيب المناوب أن يذكّر نفسه بأن حدود طب الصدمات غير معلومة. وفكّر: ربما من ظُنّ ميتاً لم يعد كذلك بعد اليوم...

الوقت يقارب منتصف ليل الأول من فبراير (شباط) ١٩٨٥. الدكتور أوجين رامسي غادر غرفة العمليات. لقد عمل من دون توقف منذ السابعة صباحاً، وكان طوال الساعات الماضية يرمم جسد فتى سحقته سيارة.

ذاك المصاب كان آخر مريض يعالج في سلسلة من عمليات انقاذ طبية غير عادية في مستشفى ميرسي والمستشفيات الخمسة الأخرى التي أنشئت حديثاً كمراكز لعلاج الصدمات في منطقة سان دييغو. وكانت طوّافة انتشلت الضحية من الطريق العامة وهبطت بها خارج أبواب قسم الطوارىء في ميرسي. الدكتور رامسي (٣٧ عاماً) وفريق معه ينتظرون جاهزين في غرفة الإنعاش.

نحن أمام تخوم جديدة في الطب. هذا ما تردد في ذهن الطبيب وهو يجتاز

(١) Traumatic injury

الشارع إلى كوخ يخلد فيه الجراحون إلى النوم. من يدري ما الذي نقدر عليه؟

كان الجواب يوشك أن يصعقه. ففي تلك اللحظة في شارع مظلم يبعد عشرة كيلـومتـرات عن المستشفى، كـان كريستوفر فالفا عائداً إلى منزله بعد مناوبة ليلية في احدى شركات الطباعة، فألفى ثلاثة فتيان يتسكعون قرب بيته، فطلب منهم أن ينصرفوا. وبعد جدل غاضب أغمد أحدهم مدية في صدر كريس. وفيما لاذ الفتيان بالفرار مشى كريس الى البيت وهو يترنح. ثم فتح الباب الأمامي والدوار يلف رأسه وقصد غرفة الجلوس متمايلا. قال لاهثاً: "اماه، قد طعنت."

هرعت ارين فيرغسون إلى ابنها الذي انهار. واذ رأت الجرح الدامي في صدره نشرت عليه منشفة بيضاء نظيفة. وأدارت قرص الهاتف على رقم الطوارىء.

العرق يرشح من كريس وبشرته تتحول من بيضاء الى رمادية. سيارة شرطة تصل، تتبعها سيارتا إسعاف واطفاء. المسعفان ستيف سالفاتو وجيم رويال يربضان فوق كريس، عيونهما تتلاقى برهة. لا شك في انه شحوب الموت وصفير الأنفاس الأخيرة.

كريس يكوّم جسده الرياضي الفارع إلى وضع جنيني رافضاً أن يستسلم. لكن وعيه يذوي. صوت من الداخل يهتف به: لا تيأس، لا تيأس.

"القلب فارغ!" - ألبس المسعفان كريس سروالا خاصاً قابلا للنفخ لمقاومة الصدمات. وما لبثا أن حملاه على نقالة إلى وحدة الطوارىء. واتصل رويال لاسلكياً بمستشفى ميرسي ليبلغ الى مسؤولين فيه ان المريض سيصل بعد سبع دقائق وليعطي بياناً عن حاله.

"أذيعوا حالة جرح خطر! أذيعوا حالة جرح خطر!" هكذا انطلق الإنذار في مكبرات الصوت بالمستشفى وأجهزة الجيب في حوزة ١٧ رجلا وامرأة يلبون النداء لدى استدعائهم.

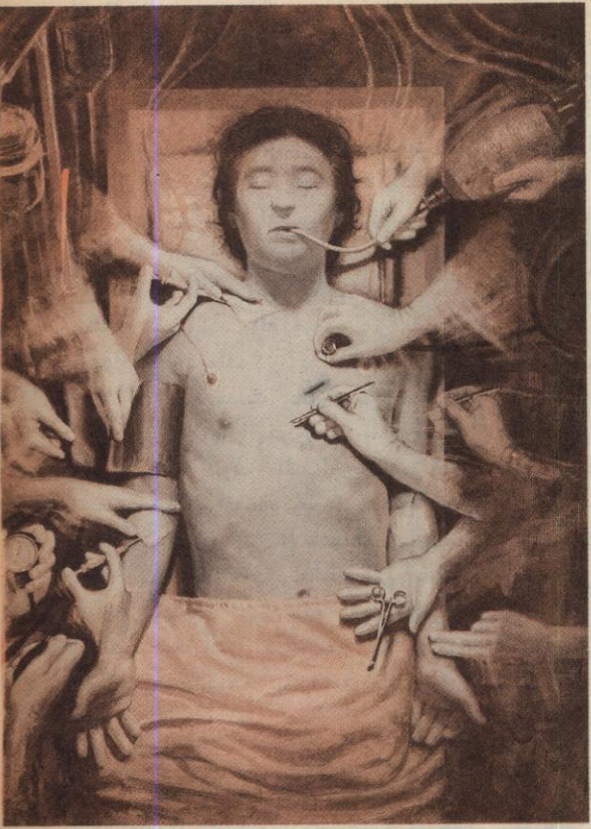
الأطباء والممرضون والفنيون يتجمعون في غرفة الانعاش، رامسي يهرع من الكوخ لتولي الامر.

في غرفة البث بقسم الطوارىء يسمع سالفاتو وهو يصرخ بصوت أعلى من عويل صفارة الاسعاف: "طعنة في الجانب الأيسر من الصدر... الدم متدفق... النبض ضعيف جـداً... البؤبؤان متمـددان... العينان منقلبتان إلى خلف..."

أدخل المسعفون برفق أنبوباً منفذاً للهواء في فم كريس وعبره الى القصبة الهوائية كي يتنفس وهو فاقد الوعي. ونفخوا سروال الضغط لدفع ما تبقى من دم إلى الدماغ. حاول رويال أن يغرز حقنة وريدية في ذراعي كريس. لا جدوى، فالأوردة واهنة. وبيأس وخز سالفاتو الوريد الوداجي (٢). الابرة تنفذ ولكن لا دم متدفقاً. الوريد الكبير فارغ. نبض كريس يتلاشى أيضاً. صاح سالفاتو عبر المذياع: "باشروا الانعاش القلبي - الرئوي!" لقد أحضر رجلا ميتاً.

انتظر رامسي والأدرينالين (٣) يجيش

(٢) الوريد الوداجي (jugular vein) وريد في العنق.
(٣) الادرينالين هرمون تفرزه الغدة الكظرية، خصوصاً في حالتي الغضب والخوف.



داخله. سأل ساندي فاندر فورت الممرضة في غرفة العمليات: "هل كل شيء جاهز لشق الصدر؟ سنفتحه هاهنا." لبست فاندر فورت قفازاً معقماً وأعدت الأجهزة والأدوات.

"نحن قرب بابك الخلفي!" أطلق اعلان سالفاتو هذا زمرة من اثني عشر شخصاً تدافعوا الى الخارج. فتح باب سيارة الاسعاف وامتدت الايدي الى النقالة.

لا أمل ينتظر هذا المسكين. هكذا فكرت فاندر فورت حين أدخلت النقالة ورفع رامسي المريض إلى السرير. طبيب تخدير يراقب مجرى تنفس كريس، وطبيبان آخران يشرطان ذراعيه وكاحليه لتأمين مجار للسائل المحقون في الأوردة ولنقل الدم. الفنيون واقفون إلى جانب السرير ومعهم زجاجات محلول ملحي ووحدات من الدم.

إحدى الممرضات تمسح صدر كريس بضمادة مبللة بالمخدر فيما رامسي يرتدي قفازاً.

واذ تناول الجراح المبضع من فاندر فورت، أحدث شقاً جانبياً من الأمام الى الخلف. الدم المتجمع في تجويف الصدر يسفح على الارض.

رامسي يتلمس الرئة المثقوبة ليفتح الشغاف الذي يغلف قلب كريس. أصابعه تلتف حول العضو المتقلص، تعتصره ثم تطلقه لتدليك القلب. لا استجابة.

الطبيب يغمغم فزعاً: "القلب فارغ!" لكن هذا الشاب فتي وقوي. تابع رامسي دلك القلب. وأسرّ الى نفسه: نحن لا نعلم ما هو ممكن في طب الصدمات، ولربما الميت ليس ميتاً حقيقة.

أعاجيب مألوفة – قدّر لهذا العلاج الجريء الحديث أن يأتي الى سان دييغو،

Illustration: Ron Defelice

اذ ان الدكتور ريتشارد فيرجيليو (٤٨ عاماً) مدير قسم الصدمات في ميرسي لن ينسى حرب فيتنام. فخلال ١٣ شهراً أمضاها في مستشفى البحرية الامريكية في دانانغ أنقذ هو وزملاؤه مئات من الرجال المصابين بجروح خطرة، ذلك بأن وحدتهم كرست للجراحة الميدانية الشاملة والملحة. وتساءل فيرجيليو لدى عودته الى بلاده: لم لا يكون هناك جهاز مشابه لمعالجة المدنيين من ضحايا الحوادث والجرائم؟

خلال السبعينات عمل فيرجيليو في مستشفى بالبوا البحري في سان دييغو وطبَّب في غرف الطوارىء التابعة للمستشفيات العمومية. ومرة تلو أخرى أحضرت سيارات الاسعاف مصابين بصدمات بالغة وفي حاجة الى جراحة فورية. ويتذكر فيرجيليو اضطراره الى ارسال سيارات اجرة الى بنك الدم وانتظاره خدمات الجراحين الغائبين. وكان يرقب يائساً حياة الجرحى وهي تنفلت بعيداً.

صبي في الثانية عشرة ممزّق الطحال نزف حتى الموت قبل ان يتمكن فيرجيليو من استدعاء الجراحين والفنيين. يقول: "وجب علي ان اخبر الأم أننا قمنا بكل ما يمكن. لكننا لم نفعل ذلك حقاً. فنظامنا لم يمنح الصبي الرعاية التي كان يحتاج اليها."

حين ترك فيرجيليو البحرية الامريكية عام ١٩٧٨ وباشر عمله في مستشفى ميرسي، نقل الى وسائط الإعلام فكرته تأسيس شبكة اقليمية من مراكز لمداواة الصدمات. قال بإصرار: "جنود الجيش الأمريكي في فيتنام كان حظهم أوفر في البقاء أحياء من حظ أي شخص يصاب في حادث سيارة على طريق محلية."

وانقضت أربع سنوات قبل أن تحض حملته السلطات على استقصاء مراكز معالجة الصدمات في المنطقة.

وكشف التحقيق وسائل اتصال في أقسام الطوارىء عفا عليها الزمن ونظام نقل رديئاً وفنيين غير مدربين كفاية وتوزيعاً للمرضى استند إلى توجيههم نحو أقرب مستشفى بدلا من ذلك المجهز لمعالجة الجروح البالغة.

وفي نهاية المطاف حدد مجلس المشرفين في المقاطعة ستة مستشفيات من مجموع ٣١ كمراكز لعلاج الصدمات. وعمد فيرجيليو وآخرون عينوا مديرين لاقسام الاصابات في تلك المراكز، الى تعيين ٣٩ جراحاً عمومياً تم اختيارهم بعناية من بين ٤٠٠ جراح في تلك المنطقة لمداواة الصدمات على مدار ٢٤ ساعة يومياً.

ومنذ أغسطس (آب) ١٩٨٤ في هذه المقاطعة التي تبلغ مساحتها ١١ الف كيلومتر مربع وعدد سكانها مليونان ومئة الف، بات المصابون بجروح بالغة يحوَّلون عن أقرب قسم للطوارىء وينقلون بسرعة الى مركز لعلاج الصدمات.

في الاشهر الستة السابقة لادخال كريس فالفا لم يسجل سوى ١٣٣ وفاة من بين ١٧٧٨ شخصاً تم نقلهم. وأصبحت الأعاجيب شيئاً مألوفاً. تقول ساندي فاندر فورت: "ان كان هناك بصيص أمل بنسبة واحد في المئة فاننا نقوم بالمحاولة."

خفقان ضعيف – هذا ما دفع الدكتور رامسي الى الوقوف على بلاط مبقع بالدم في جوف الليل وفي يده قلب فتى.

الغرفة يرين عليها الصمت الان، الا من صفير ينبعث من كيس التنفس فيما الأوكسيجين يندفع إلى رئتي كريس. وانصرف أحد الاطباء بحثاً عن والدته كي يحضّرها لتوقع الأسوأ. ولمدة خمس دقائق، فيما الاطباء يدفعون الدم والمحلول إلى أوردة كريس، تابع رامسي تدليك القلب. بعد حين سيرضخ للهزيمة، فدماغ المريض المتعطش للاوكسيجين سيصاب بانحلال مستفحل.

اصبع رامسي تستبين ذبذبة واهنة. يقول: "استشعر شيئاً ما."

غمغمة اثارة تنتشر في الغرفة. الجمع يعمل باندفاع مفعم بالحيوية.

بدأ القلب ينتفخ بالسائل، دورته تعود إلى سابق عهدها متسببة في خفقان واه. هتف رامسي: "استمِر، استمِر، انه يعود..."

طارت الكلمة الى سالفاتو ورويال اللذين كانا يذرعان الممشى خارجاً. والتقت عيونهما للمرة الثانية تلك الساعة. لكنها هذه المرة كانت متسعة عجباً.

في الداخل واصل رامسي تعليقه المثلج للصدور: "النبض يقوى... بتواتر منتظم الآن... لقد استعدناه."

كلما ضخ القلب ازداد تدفق الدم من الجرح غير المنظور. أحد الاطباء المتمرنين الذين يساعدون رامسي، يسحب الرئة، والجرّاح يدحرج القلب صوب مركز الصدر. ثمة شق طولي يبلغ أربعة سنتيمترات في البطين الأيمن. وإذ ضغط رامسي الجرح بسبابته أخذ يدلك لمدة عشر دقائق أخرى. ثم، وإصبعه لا تزال في مكانها، أغلق المزق بست قطب، ووضع مَلازم على مدخل الشق في الصدر.

بعد ٣٥ دقيقة من وصوله كان كريس في سبيله الى غرفة العمليات الرئيسية في الطبقة العليا. وكان هناك جراح للصدر تم استدعاؤه من بيته، يغسل يديه وساعديه بمواد مطهرة تمهيداً لانهاء الترميمات.

"ما الذي جرى يا أمي؟" – سألت ارين الدكتور رامسي الذي ظهر خارج غرفة "العناية الفائقة": "الا يزال ابني حياً يا دكتور؟"

أجاب: "أجل،" متعجباً كيف استطاع التلفظ بهذه الكلمة. فبفضل الاستعداد المحض وسرعة العمل تم انجاز ما يشبه المستحيل.

وعلى رغم يقينه غير العقلاني بأن كريس سيشفى كلياً، حاول رامسي أن يحذّر ارين من الإغراق في الامل. كان كريس في غيبوبة. كبده وكليتاه لا تعمل ودرجة تلف دماغه غير معروفة. لكن الام لم تكن تريد أن تسمع أخبار سوء. فللمرة الأولى منذ أدخل كريس المركز وعت أنها هي تتنفس ملء رئتيها.

أمضى رامسي الليل الى جانب كريس متغلباً على سلسلة الأزمات التي ألمت به. ومع أن ضغط الدم المتحسن أعاد الكبد والكليتين الى العمل فقد تعينت معالجة عدم اتساق النبض باستعمال العقاقير. وحين انخفضت حرارة جسم

كريس على نحو ينذر بالخطر لُف بأغطية ونقل إليه دم حار.

وفي الساعة الأربعين بعد دخول المركز ولجت ارين الغرفة فألفت جسد ابنها منتفخاً وأطرافه ترتج. وقاومت خوفها ووضعت يدها على يده: "اصغِ إلي يا كريستوفر، ان كنت تسمعني اضغط كفي."

تجمدت كفه الكبيرة ثم أطبقت على كفها. وفي نهاية كابوس التشنج العضلي اكتسى وجهه مسحة صفاء.

في اليوم التالي أخذ يراقب أمه وهي تمشي الى جانب سريره. سألها نعساً: "ما الذي جرى يا أمي؟"

في ٧ مارس (آذار) بعد ٣٥ يوماً من الطعنة عاد كريس فالفا إلى البيت. وبحلول الشتاء كان الشاب يقود سيارته ويعزف على الغيتار. وهو عاود عمله.

يقول كريس: "لي حياتي وفرصة ثانية كي أعيشها. أعلم أني كنت أحتضر تلك الليلة، وأني كنت سأموت لو وقع الحادث قبل سنة واحدة من انشاء مراكز علاج الصدمات."

ويناشد رامسي: "ينبغي علينا أن ننظر إلى الأمور بمنظار مختلف. فكثير من الوفيات الناجمة عن الاصابات يمكن وقفها، وقد أثبتنا ذلك في سان دييغو."

بيتر مايكلمور

حكمة بخيل

أخيراً قرر أحد البخلاء أن يقيم حفلة لاصدقائه. وبعدما شرح لاحدهم كيف يهتدي الى منزله أضاف: "عندما تصل الى بيتي اضغط الجرس بمرفقك. وعندما يفتح الباب ادفعه بقدمك."

فسأله الصديق: "ولماذا المرفق والقدم؟"

فرد البخيل: "لأني على ثقة يا صديقي بأنك لن تأتي فارغ اليدين."

ذ.ل.

صاحب ضمير

وصل عامل الصيانة لاصلاح تلفاز معطل خال من الصوت والصورة. ولدى فحصه اياه تبين له السبب للحال: لم يكن الجهاز موصولا بالقابس الكهربائي.

فاحتار العامل كيف يقبض أجرته وهو لم يصلح أي شيء في الجهاز. وأخيراً اهتدى الى حل يرضي ضميره، فقدم الى السيدة التي دعته فاتورة جاء فيها: "كلفة اعادة السلك المعزول الى الموصل الاساسي للقوة الكهربائية: ٢٥ دولاراً."

ب.هـ.

الاعتذار... فنّ

الاعتذار لا يحتاج الى تبرير وتقبُّله مهارة اجتماعية لا تقل شأناً عن تقديمه

أعتبر نفسي خبيرة في الاعتذارات، لأن طبعي الحاد منحني الكثير من مناسبات الاعتذار. وان عدت بالذاكرة إلى طفولتي سمعت أمي تقول لي: "لا تطأطئي رأسك عندما تقولين: أنا آسفة. بل ارفعيه وحدّقي الى عيني الشخص الذي أمامك ليعلم أنك تعنين ما تقولين."

وهكذا نقلت إلي أمي أول مبادىء الاعتذار الناجح: ينبغي أن يكون مباشراً. عليك ألّا تزعم أنك تؤدي عملا آخر. لا تتصفّح رزمة رسائل وأنت تعتذر الى احدى موظفاتك بعد لومها على ذنب تبيّن أنه خطأك. لا تعتذر الى مضيفتك لاهانتك ضيفاً آخر في بيتها بارسالك زهوراً اليها في اليوم التالي من دون أن تذكر تصرّفك السيىء.

من مقوّمات الاعتذار الفعّال استعدادنا لتحمّل مسؤولية ما ارتكبناه من خطأ. نحن ننزع إلى تقديم تبريرات تخفف الاعتذار وتحرم الشخص الآخر فرصة الغفران. وإذ يلذّ للناس أن يكونوا

© 1986 by Susan Jacoby. Condensed from Glamour (September '86), New York, N.Y.
Illustration: Andrea Rainer

شهماء فان الاعتذار الذي لا تصحبه التبريرات يحمل الفريقين على الشعور بانهما في وضع افضل. وهذا هو الغرض من الاعتذار. ولا يهمّ ان كان المعتذر مسؤولا عن خطأه كلياً أم جزئياً، فتحمّل المرء مسؤولية أعماله يشجّع الشخص الآخر على تحمّل نصيبه من الملامة.

خلال زيارة لاحدى الصديقات غفت سامية(★) وهي تدخّن سيجارة فثقبت غطاء ذا قيمة عائلية. لم يكن ندمها الصادق كافياً، فعندما يلحق المرء ضرراً مادياً بآخر يجد نفسه أمام مسألة التعويض الحساسة.

ولكن اذا سئل المتضرر: "أيمكن أن أدفع التعويض؟" فلن يجدي ذلك نفعاً كبيراً لانه يثير عادة الجواب المعهود: "كلا، لا تأبه للأمر."

أما سامية فقد حلّت مشكلتها بالعثور على امرأة ترتق الأغطية. فأعطت صديقتها رقم هاتفها وأخبرتها أنّها سوّت أمر تسديد الحساب.

في حالات كثيرة يتعذّر اصلاح الضرر أو ابدال الغرض. ففي أثناء مأدبة عشاء شعرت احدى المدعوات بدوار، واسمها باسمة. فقذفت سواراً من الذهب والياقوت بلا انتباه في مصرف النفايات. وكانت ربة البيت انتزعت سوارها ووضعته على منضدة المطبخ في أثناء تحضير العشاء.

لم تكن باسمة قادرة على شراء سوار بديل. فما كان منها إلّا أن كتبت رسالة، وهي الطريقة الفضلى للاعراب عن الندم على صنيع يتطلّب أكثر من عبارة "آسفة." ففي الرسالة يمكنك أن تهذّب عباراتك إلى أن تبلغ ما تريد قوله. من جهة أخرى تعتبر الرسالة دليلا مادياً على الأسف، ويستطيع الجانب المستاء أن يقرأها ويعاود قراءتها ما شاء. اذ يحلو لمعظمنا رؤية الأسف العميق مدوّناً على الورق.

بدأت باسمة رسالتها على النحو الآتي: "أعرف أن لا عذر لما أتيته مساء أمس. تدركين ولا شك أنني لم أقصد رمي سوارك، لكن ذلك لم يكن ليحصل لو تصرفت بتعقّل." وذكرت أن مضيفتها حاولت ابعادها عن مستوقد الحطب بتقديم كرسي مريح اليها، لكنها تجاهلت ذاك التلميح اللطيف فأصيبت بدوار.

وبعثت باسمة رسالتها مصحوبة بزجاجة صغيرة من العطر المفضل لدى صديقتها. وأوضحت أن ليس من شأن الهدية تعويض السوار، بل هي عربون أسفها الصادق.

"عربون" كانت الكلمة الاساسية. فالاعتذار المادي ليس تعويضاً بل هو رمز لحسن النية.

وقد يكون الاعتذار في الوقت المناسب أهم في علاقاتنا الحميمة. كثيرون منا يظنون أنهم لا يدينون لأحبابهم بالمجاملة نفسها التي يمنحونها طوعاً لاصدقائهم ومعارفهم.

أعرف فتاة لا ينفك خطيبها يبدي لها أمام الناس ملاحظات مفعمة بالازدراء، وبعد كل مرّة يرسل إليها باقة ورد. وعشية انفصالها عنه قصّت الورد وأرسلت

(★) الاسماء مستعارة لتقريبها من ذهن القارىء العربي.

اليه الأشواك. فالخطأ في باقاته المتواترة أنه لم يكن في نيته تغيير التصرّف الذي حضه على تقديمها. فأساس اعتذار المحب، شأن أي اعتذار، يكمن في التصميم على عدم تكرار الخطأ.

في بعض الاحيان تحتم عليك الحياة أن تعتذر سواء أكنت محقاً أم مخطئاً. واليك بعض المناسبات التي تستدعي تلك الاعتذارات المسالمة:

- تسللت عبارة "مغفّل" في مشادة كلامية بينك وبين مديرك، وأنت من استعمل الكلمة.
- أنت تتشاجر مع زوجتك. تعرف أنك على حق ولكن عليك أن تكون في منزل والديك بعد ساعة للاحتفال بعيد زواجهما.
- سمعك أحدهم تروّج اشاعة خبيثة عنه (وان تكن الاشاعة صحيحة).

لا يتوانى المعتذر اللبق عن التعبير عن أسفه ليحول دون تفاقم نزاع. ولكن من الناس من لا يعتذر أبداً ما دام مقتنعاً بأنه على حق. يتعسّر على هؤلاء المحافظة على أصدقائهم وعلى وظائفهم.

في النهاية تجدر الاشارة الى أن تقبّل الاعتذار مهارة اجتماعية لا تقل شأناً عن تقديمه. أعرف أماً تغدق العطف على أولادها ضماً وتقبيلا بعد اعتذارهم اليها. وتقول: "أريد أن يعرف أولادي أن ليس عليهم أن يخبئوا قبيح صنيعهم كي يحصلوا على الحب والعاطفة، وأن من يحبّ الآخرين يغفر لهم مآتيهم."

ولما كان معظم الناس يجدون الاعتذار أمراً صعبا، وجب على متقبّل الاعتذار أن يشيد بالجهد المبذول، فيرد مثلا: "أعرف أنه شقّ عليك أمر الاعتذار" أو "أقدّر لك فعلا ما تقوله." فمبادرة رمزية صغيرة قد تلحم عرى التسامح.

أدعُ الصديق التائب الى تناول الغداء عندك. أرسل باقة زهر إلى زوجتك النادمة فتشعر عندذاك بأنك غاية في النبل والسخاء.

سوزان جاكوبي

استراحة رياضية

اعتاد أستاذ الرياضيات أن يسمح لتلاميذه باستراحة قصيرة في سياق الدرس الذي يدوم ساعة ونصف ساعة. لكنه أطال محاضرته ذات يوم. وحين لم يبق سوى عشرين دقيقة سأل تلاميذه أن يطرحوا عليه أسئلة لمدة خمس دقائق ينصرفون بعدها.

وبعد برهة صمت طويلة سأله أحدهم: "كيف حال الزوجة والاولاد؟"

فصرفهم الاستاذ فوراً.

ج.ل.

ليس التبطّل تعطّلا عن العمل بل هو تفرّغ لاداء أي عمل.

فلويد دل

كلمة "امازون" وحدها تثير في النفس مزيجاً من المشاعر قد يوحيها هذا المنظر الجوي.

الأمـازون نهرُ الأسْرارْ

كانت مغامرة شائقة. ففي نوفمبر (تشرين الثاني) ١٩٨٣ أنهى المستكشف الشهير إيف كوستو بصحبة فريق من غطاسين وعلماء ومصورين ومساعدين، رحلة لم يسبق لها مثيل دامت ١٨ شهراً. وقد عمد الفريق الى استكشاف الامازون أكبر الانهار في العالم وأكثرها غموضاً. وفي ما يأتي مقتطفات من الكتاب عن هذه الرحلة الملحمية.

"بحر" بني عكر ينساب في الأفق ليختلط بزرقة الأطلسي. نحن على بعد ست ساعات ابحاراً من كابو نورتي وهي أقرب نقطة على الساحل البرازيلي. دفق هذا النهر عظيم بحيث يلاحظ تأثيره على بعد ٣٠٠ كيلومتر من الساحل. فالفيضان الذي أمامنا يزيح مياه البحر فوق منطقة هائلة من الافريز القاري(١).

Condensed from «Jacques Cousteau's Amazon Journey» by Jacques-Yves Cousteau and Mose Richards, copyright © 1984 by The Cousteau Society, Inc., Paris, published by Harry N. Abrams, Inc., New York. Photos: Courtesy The Cousteau Society, Inc. Map: George Buctel

شمس خط الاستواء تبخر مياه البحر فتبعث رطوبة مع الريح التجارية التي تنقل الهواء غرباً فتغطي الامازون بطبقة من الرطوبة. ويتعدى متوسط سقوط المطر في أمازونيا ٢٠٠ سنتيمتر سنوياً.

تتلبّد الغيوم بسرعة وتنقلب سوداء. ندخل نهرين: الامازون التي ستبحر فيه السفينة "كاليبسو" ونهر المطر العمودي الذي يغمر أمازونيا.

غابة الاسرار - إنه بحر متحرك من المياه العذبة. طوله ٦٥٠٠ كيلومتر أي انه أطول من أي نهر آخر في العالم. خمس المياه العذبة في العالم تقريباً ينساب بين ضفتيه، ويصب فيه ما يزيد على ألف رافد، فتنضم لتعطي الامازون دفقاً يعادل عشرة أضعاف دفق نهر المسيسيبي. ومنطقة تصريف مياه النهر

(١) Continental shelf

العظيم تدعى أمازونيا وتضم أجزاء من تسعة بلدان.

والامازون أيضاً أعرض أنهار العالم. وحتى على بعد ١٥٠٠ كيلومتر من الساحل يجري أحياناً بعرض ١١ كيلومتراً ويتسع الى ٤٠ كيلومتراً في فصل الامطار. وفي مصبه يصل عرضه الى ٣٠٠ كيلومتر ويشمل جزيرة ماراجو التي تعادل سويسرا بمساحتها. والسفن التي تعبر المحيطات تبحر فيه صعوداً مسافة ٣٧٠٠ كيلومتر حتى تصل الى مرفأ إيكيتوس في البيرو، أي انها تقطع القارة الامريكية حتى الجهة الشرقية من جبال الانديز.

وفي الامازون أنواع من السمك أكثر مما في أي نهر آخر. ففيه من السلَّور وحده ٥٠٠ نوع. أما غابة الامطار(٢) في

غطاء رأس أحد أفراد القبائل مصنوع من ريش طيور الامازون.

الامازون، وهي الاكبر في العالم، فتشكل قرابة ثلث الغابات في كوكبنا. وبين نباتاتها تعيش أغرب الحيوانات على الأرض: عناكب عملاقة الى درجة أنها تلتقط طيوراً، وأنواع من الفراشات أكثر مما في أي مكان آخر، ونحو نصف مجموع أنواع الطيور في العالم. ويقدّر العلماء أن ٥٠ في المئة من أنواع الطيور في غابة الامازون غير مكتشف بعد.

وتبقى غابة الأمازون أيضاً واحدة من أسرار الأرض لأن كثافتها ووسعها لا يسمحان للانسان باختراقها، كما انها زاخرة بحشرات تحمل امراضاً وبكائنات مخيفة وسامة حيكت حولها اساطير. وثمة مساحات عظيمة تبقى غير مكتشفة وغير ممسوحة.

(أعلى اليمين) الانياب تجعل كلب البحر مفترساً. (أعلى اليسار) هنود الماتيس يخططون وجوههم مقلدين قطط الغابة. (أسفل اليمين) فراشة رقيقة تجذب رفيقاتها بعبير قوي. (أسفل اليسار) الفطر يوفر غذاء للتربة.

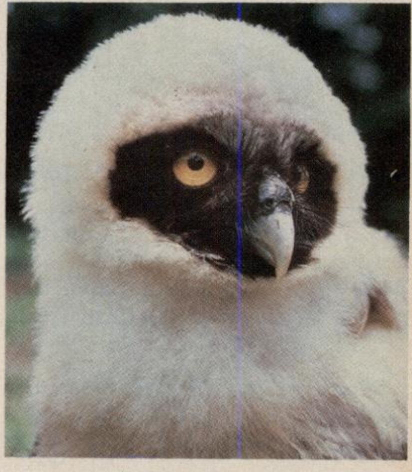
وعندما بدأت حكومة البرازيل في العام ١٩٧٠ مسحاً للامازون من طريق التصوير الجوي، اكتشف العلماء رافداً رئيسياً للنهر يبلغ طوله ٦٥٠ كيلومتراً ولم يكن معروفاً من قبل.

وثمة حياة بشرية أيضاً في غابات الامازون. فأمازونيا واحدة من آخر المناطق التي بقيت فيها القبائل على حالها من دون تغيير أو تأثر بالعالم الحديث. وهي تعتاش على صيد الطيور

Rain forest (٢)

والسعادين وتصطاد السمك بواسطة القوس والنشّاب، وتزرع المنيهوت (الكسافا). أما أساليبها فآخذة في الانقراض بفعل تعرف العالم الى أمازونيا. لكن بعض القبائل النائية تندر زيارتها. ويقدَّر أن ثمة قبائل غير مكتشفة تعيش في أعماق الادغال.

البيرانا الضاري - تندفع "كاليبسو" وسط التيارات الملتفة في طريقها من بيليم الى مانوس في البرازيل. كوستو وستة آخرون يتركون السفينة في قارب



نداء هذه البومة يشبه صوت نقّار الخشب.

سريع وآخر ينفخ بالهواء بغية استكشاف الغابة المجاورة التي تغمرها المياه.

تسقط ثمرة من شجرة علّيق فتغطس في الماء ثم تطفو. يهز أحد أعضاء الفريق الغصن فيتساقط منه شلّال من الثمار. هدوء الغابة يعكره سرب سمك قفز من الاعماق ثم عاد الى عالم الظلمة.

خلال الأشهر الطويلة لارتفاع المياه يهاجر كثير من السمك الى الغابة المغمورة. ومثل أسراب طيور مائية، يغزو هذا السمك الاغصان الغارقة ليقتات بثمرها وأوراقها وبذورها وأزهارها والحشرات التي عليها.

عندما يدلّى مسماع مائي في المياه الموحلة يكشف الشريط المسجّل همهمة ثابتة وواسعة الانتشار صادرة عن السمك، مثل تنافر أصوات طيور الغابة وحشراتها. وتتضمن الهمهمات نقيقاً ونخيراً وهسيساً كهربائياً وأصواتاً كبكاء الاطفال.

صياد يدعى ألديبيرتو موريرا تطوع لقيادة فريق غطس وتصوير الى بقعة الصيد المفضلة لديه. رمى الصياد شبكة غل(٣) عمد الغطاسون الى الدوران حولها بعناية. لقد اصطادوا سمكاً قليلا، لكن بينه سمكاً أتلف زعانفه سمك البيرانا الاسطوري. وبواسطة أسنان مثلثة حادة كالموسى يستطيع هذا السمك الضاري السريع قطع الزعانف حتى ليبدو أنها قصت بمقص.

غير أن البيرانا قلما تهاجم الانسان. فالسكان الذين يعيشون في مناطق الامازون الداخلية يسبحون بينها بلامبالاة في معظم أيام السنة. بيد أنه إبان الفترات التي تنخفض فيها المياه تتجمع مجموعات من البيرانا في أماكن ضيقة. وبسبب المنافسة الشديدة على الطعام تبدي شراسة مما يحمل سكان النهر على تجنب السباحة فيه والبقاء على ضفافه.

---

(٣) الغِل (gill net) شبكة ذات عيون تجيز لرأس السمكة أن ينفذ اليها لكنها تحجزه عندما يحاول الانسحاب.

الهواتزن الغريب يستخدم جناحيه كذراعين.

وعلى رغم أن سمك البيرانا استقطب معظم الاهتمام الاعلامي فثمة أنواع أخرى خطرة من سمك الامازون. ففي استطاعة سمكة انقليس مثلا أن ترسل من ذيلها تياراً كهربائياً بقوة ٨٠٠ فولت كفيل بصعق الحيوان والانسان والتسبب في غرقهما. أما الراي اللسّاع فيمكنه حقن مادة سامة في قائمة الطائر المخوّض. ثم هناك "الجميلات" التي لا تؤذي، أي أسماك التترة الاستوائية المتألقة بألوان قوس قزح والتي تصاد وتباع لتوضع في أحواض منزلية في أنحاء العالم.

أما غابة الامطار التي تبدو غنية فهي في الواقع خلاف ذلك. فالتربة رقيقة بحيث لجأت الاشجار الى تدعيم جذوعها بلفّ جذورها كالافاعي على سطح التربة. وخلال ملايين السنين من هطول الامطار انجرفت المعادن من سطح التربة. وفي غياب تربة غنية "تعلمت" الاشجار كيف تغتذي بنفسها. فأوراقها تسقط أسرع من أوراق الاشجار في المناطق المعتدلة، وتتفكك عناصرها على الارض بسرعة فتعود الى الاشجار المجاورة من دون اهدار.

في عرض المحيط ترتفع الابخرة مع الريح وتطير ضباباً فوق غابة الامطار فتصطدم بجبال الانديز وتعود الى الأرض لتروي مليارات الكائنات الحيّة. وتحتنا في الماء الجاري جسيمات من فتات الصخور وهياكل الحشرات وجزيئات اوراق الاشجار وعظام الطيور والسمك. كلها جاهزة لتثمير حياة جديدة، فتدخل مياه البحر بمثابة الدم الذي يجري في عروق العالم.

انني أذكر أماكن أخرى عبرتها "كاليبسو" والمقارنات ما زالت تتردد في ذهني: النيل الذي لم توفره الحضارات والدانوب وسانت لورنس والمسيسيبي التي خربها العصر الصناعي الحديث. أمّا الأمازون الباقي على عفافه فهو نهر المستقبل. ومستقبله تحت رحمتنا.

جاك إيف كوستو وموز ريتشاردز

جمعية "كوستو" التي يرئسها جاك كوستو مؤسسة تعليمية لا تتوخى الربح. لمزيد من المعلومات حول نشاطاتها اكتب الى

The Cousteau Society
930 West 21st Street,
Norfolk, Virginia 23517,
U.S.A.

الضحك يُسمع من مسافات بعيدة لا يبلغها البكاء.

نصائح مفيدة لحيوية أكثر طوال النهار

التغذية الصحيحة: مسموحات وممنوعات

حين تأكل للحصول على القوة ألا تلتزم نظام حمية دقيقاً يحتوي على كثير من الكربوهيدرات وبعض البروتيينات وقليل من الدهنيات وطالما وصفه الاطباء وعلماء التغذية لسنوات؟

بلى، طبعاً. فالوجبات المتوازنة والمنتظمة بكميات كافية من الفيتامين والمعادن تزودك النشاط. أما الوجبات الفقيرة غذائياً فتجعلك ضعيفاً وبليداً.

لكن حقيقة الصلة بين الغذاء والطاقة باتت اليوم معروفة أكثر منها في الماضي. ففي حقل التغذية الواسع مجموعة من المسموحات والممنوعات متعلقة بحيوية الجسم وقد تدهشك.

انتبه لأوقات طعامك. تأمل مثلا طريقة بعض العمال في تناولهم الطعام وكأنهم إما في وليمة وإما في مجاعة:

© 1986 by Nancy Stedman. Condensed from Woman's Day (April 15, '86), New York, N.Y.
Illustrations: Ed Little

قهوة وفطيرة في الصباح وسلطة خضر للغداء والكثير من القهوة أثناء النهار ثم عشاء كبير غني بأنواع اللحوم والحلوى والفاكهة. قد يكون ذلك قاسياً على الجسم وليس بالحمية السليمة. ولكن ما تأثير هذا النمط في قدرة احتمال الجسد؟

"كبير،" تجيب ريسكا بلات رئيسة قسم التغذية في "مجموعة المشرفين على الصحة" بمدينة نيويورك. إن هذا النمط من الاكل يسلبك الوحدات الحرارية أثناء النهار (حين تكون في أمس الحاجة اليها) ويشحنك بها خلال الليل (حين يمكنك الاستغناء عنها). انه السبب الرئيسي للكسل المألوف في فترات بعد الظهر ولازدياد الوزن التدريجي، إذ اننا نحرق وحدات حرارية أقل أثناء النوم.

لكن نانسي كلارك عالمة التغذية ومؤلفة كتاب "مطبخ الرياضي" (١) توضح: "هناك عقدة خفية. فتناول القليل من الطعام نهاراً يشبه القيادة مسافة ٤٠٠ كيلومتر ثم تعبئة خزان الوقود في نهاية الرحلة." إن جسمك يعمل فوق طاقته. فوحدات حرارية قليلة تشعر الجسم بالجوع. ولكي يحافظ على نشاطه فانه يخفف من سرعة الأيض الاساسية، أي سرعة الجسم في حرق الوقود. وغالباً ما يسبب ذلك نقصاً في الحيوية.

إن التوزيع المتوازن والمنتظم للوحدات الحرارية أثناء النهار يزيد سرعة الأيض ويساعد في تخفيف أثقال المساء. وهناك علماء تغذية ينصحون

(١) The Athlete's Kitchen

بالأكل أربع مرات يومياً، مع وجبة اضافية خفيفة بعد الظهر. هذا التغيير في وجبات الطعام يعيد النشاط ربما خلال أسبوع.

انتبه لنوعية طعامك. لقد اعتدنا التفكير في أن الوحدات الحرارية هي خصمنا ونسينا أنها منبع الوقود للجسم. نستمدها من ثلاثة مصادر هي الكربوهيدرات والبروتيينات والدهنيات، ثم تتحول مادتين أساسيتين تزودانا الطاقة وهما سكّر الغلوكوز المستخرج من المصدرين الاولين والاحماض الدهنية المستخرجة من المصدر الثالث. لكن الدهنيات غير مستحبة لأنها تزيد الوزن وتساهم في الاصابة بأمراض القلب والسرطان. ثم انها مصدر ضئيل للطاقة الفورية وهضمها يحتاج الى وقت طويل كالبروتيين، وهذا ما يجعل الجسم في حال كسل وركود. وفي حين أن كميات قليلة من الدهنيات أساسية للصحة السليمة فان الغربيين يأكلون الكثير منها.

تنقسم الكربوهيدرات صنفين أساسيين: السكريات أو الكربوهيدرات البسيطة والنشويات أو الكربوهيدرات المركبة. والصنف الثاني وقود ذو فاعلية قوية، ويتوافر في الرز والمعكرونة والحبوب والخبز. يقول الدكتور ديفيد جينكنز أستاذ التغذية والطب في جامعة تورنتو بكندا: "النشويات مفيدة جداً لأنها تمنع ارتفاع معدل سكر الغلوكوز في الدم كما تحفظه من الهبوط الخطر بين وجبات الطعام."

ولكن ماذا عن الكربوهيدرات البسيطة أو السكريات؟

لسنوات عدة اتهم الناس السكر بسرقة الطاقة من الجسم (بعد أن يزوده دفعة أولية منها). وتفسيرهم لذلك أن التركيب الجزيئي البسيط للسكر يجعل هضمه سهلا ويتسبب في دفعات سريعة من الغلوكوز (منبع الطاقة الرئيسي للجسم) الى مجرى الدم. أما الجسم فيفرز بدوره كميات من هرمون الانسولين لتصريف الزائد من الغلوكوز، وهذا ما يخفض نسبة السكر في الدم موقتاً عند بعض الناس. وبما أن قوة الدماغ تعتمد على الغلوكوز على نحو شبه قصري، فأي انخفاض لمعدل السكر في الدم يشعرك بالنعاس.

يعترض الدكتور جينكنز: "هذا اتهام كاذب." فلم يتمكن أحد من اظهار الصلة بين نسبة السكر المنخفضة في الدم وحال الركود والكسل في الجسم. ولكن قبل أن تهرع الى دكان الحلوى تذكر سيئات السكر. فالسكر لا يحتوي على أي قيمة غذائية سوى الوحدات الحرارية، وهو يزيد تسوس الاسنان أيضاً. اذاً، وان منحك السكر شعوراً بالنشاط فالتهام تفاحة سيجعلك حتماً أفضل حالا.

وازن أغذيتك الحيوية. الكربوهيدرات عموماً كنوز الجسم. لكن السلاح الافضل لمقاومة الخمول اليومي أو لبداية نشيطة صباحاً هو توازن بين الكربوهيدرات والبروتيينات. بوني سبرينغ أستاذة علم النفس في جامعة تكساس في لوبوك والاختصاصية بتأثير

الطعام في تصرف الانسان، ترى أن من يتناول فطوراً متعادل الكربوهيدرات والبروتيينات "يكون أكثر نشاطاً في الصباح وأقل نعاساً بعد الظهر ممن يتناول الكربوهيدرات فقط."

في أي حال فإن هذه الكربوهيدرات المدهشة تسبب المشاكل لدى تناولها بمفردها. انها تسهل على التريبتوفان، وهو حمض أميني، الخروج من مجرى الدم الى خلايا الدماغ. وكميات كبيرة من التريبتوفان تشعرك بالنعاس، وهذا وضع مستحب أوقات النوم ولكن ليس أوقات العمل. فعليك بإدخال البروتيين أجهزتك لتحصل على أحماض أمينية أخرى تتنافس مع التريبتوفان في الاتجاه نحو الدماغ. النتيجة: انخفاض في كمية التريبتوفان الوالجة خلايا الدماغ.

فعليك اذاً الاكثار من النشويات والفاكهة لتتمتع بأمسية مريحة ونوم هادىء ليلا. ولكن لمزيد من الحيوية نهاراً أضف البروتيينات، كالحليب الى الفطور والديك الرومي أو السمك الى الغداء.

نصيحة أخرى للمحافظة على توازن الجسم: لا تشرب الكحول أثناء الغداء. وتشرح ريسكا بلات: "الكحول يرخي الاعصاب ويخفض النشاط. فإن كانت طاقتك في هبوط، فان كأساً واحدة كفيلة بدفعك الى الاسوأ."

قلل من تناول الكافيين. "أكفُّ عن أي شيء الا القهوة."

كم مرة سمعت هذه الكلمات؟ الكافيين الموجود في القهوة والشاي والمرطبات يحسّن الانتباه والتركيز والتيقظ. فهو كالكربوهيدرات يزيد القدرة على العمل والاحتمال وينتشر في الأنسجة بسرعة لا تتعدى الدقائق الخمس.

أما الخطر فيكمن في ادمان الكافيين. فعندما ينسى المدمن احدى الجرعات سرعان ما يصاب بألم الرأس وتشنج العضلات والقلق والكسل. لذا يعمد الى تناول المزيد من الكافيين فيجعل من نهاره سلسلة من الارتفاع والهبوط.

فالاعتدال أفضل نصيحة. وتحذر بلات: "لا تتناول يومياً أكثر من ثلاثة فناجين قهوة أو أربعة أكواب من الشاي المركز أو أربع زجاجات من المرطبات." كذلك ينصح علماء التغذية الحوامل واللواتي يبغين الحمل بتجنب الكافيين تماماً.

ابدأ بخطوات بسيطة. لملاحقة حيوية جسمك باشر فحصاً طبياً شاملا. إن لم ينتج ارهاقك من أسباب طبية جرب الاقتراحات الآتية:

- دوّن نوعية طعامك ومواعيده لعدة أيام. تقول بلات: "أناس كثيرون يظنون أنهم يعرفون عاداتهم وقت الطعام لكنهم يصدمون بها على الورق."
- نظم استراتيجيتك الخاصة. خفف من الدهنيات وزد وجبة خفيفة بعد الظهر وأضف الكربوهيدرات الى البروتيينات في الفطور والغداء. ثم اختبر نفسك. في الصباح جرب الاطعمة الحبوبية(٢) الغنية بالبروتيين وجبنة قليلة الدسم أو عجة من بياض البيض الغني بالبروتيين من دون المح لتخفيف الشحم والكولسترول. وفي

(٢) Cereals

الغداء اكتشف أهمية البروتيين في الخضر والبقول مثل العدس والحمص والفاصولياء مع الرز. كن مغامراً.

• تعلم التسوية في الطعام. اذا كان النعيم في شريحة من لحم البقر فلا تقسم على الاقلاع عنه، بل خفف من أكل اللحم. تستنتج بلات: "إن تغييراً صغيراً في طعامك يحدث تبدلا كبيراً في شعورك. ببساطة، حاول التزام التغذية الصحيحة مقدار الامكان."

• أخيراً تحرك. الرياضة والحمية شريكان. والتمارين الحيهوائية(٣) التي تسرّع نبض القلب مدة ٢٠ دقيقة على الاقل تبعث الحياة والنشاط. كما أن المشي السريع اليومي يحدث المعجزات لشخص كثير الجلوس وقليل النشاط. وتضيف بلات: "حتى إن لم تكسب فوائد مباشرة من الرياضة الحيهوائية، فبعض الحركة ينشط الدورة الدموية ويدفع بمزيد من الاوكسيجين الى الدماغ."

نانسي ستيدمان

(٣) Aerobic exercise

أب مثالي

توفي والد المذيع التلفزيوني الامريكي الشهير براينت غامبل قبل شهرين من بدئه حياته المهنية. وهو كان المثل الاعلى الذي استلهمه براينت في جميع ادوار حياته.

يقول براينت: "رُفض أبي في عدة معاهد للحقوق في الجنوب لأنه أسود. فقصد جامعة جورجتاون في العاصمة واشنطن حيث قبل فوراً. وكان له ولدان آنذاك، لكن ذلك لم يثبط همته فمارس عدة أعمال في وقت واحد كي يعيلنا، وواظب على حضور جميع الصفوف. وكان همه الاوحد، بعدما تخرّج وأصبح قاضياً، ان يطبع في نفوس اولاده القاعدة التي اتبعها طوال حياته وهي: "أعط أفضل ما عندك في كل ما تعمله."

وهدف براينت غامبل اليوم ليس الراتب ولا هتاف الجمهور ولا ارضاء النقاد. انه يريد ان يرضي والده. لذلك، يقول الكاتب الصحافي بول بروبايكر: "إنه ينشد الكمال، بل الكمال المضاعف. فهو يريد إرضاء شخص لا يمكن إرضاؤه، لانه لم يعد موجوداً."

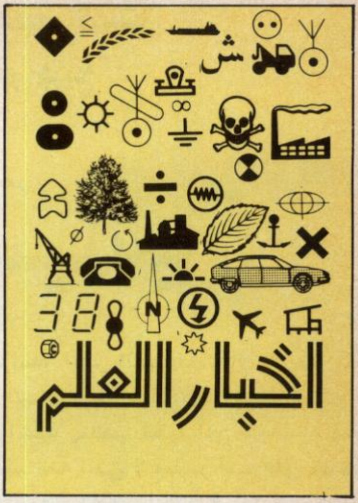
ج.ك.

السيد لا يخاف

أرّخ المصور ألفرد آيزنستات سيَر مشاهير في السياسة والادب وفنون الترفيه مدة نصف قرن. ويقول ان سر نجاحه في التعامل مع الضغوط ومشاعر العظمة أمر بسيط:

"حين ذهبت الى هوليوود للمرة الاولى قال لي ولسون هكس المدير الفني في مجلة "لايف": المهم الا ترتعب امام احد. تذكر، انت في مهنتك سيد! ولم أنسَ في حياتي هذه الكلمات."

ب.و.



البحث عن الطاقة

• **النفط العتيق.** وجد العلماء الجيولوجيون تراكمات جديدة من النفط في صخور ترقى الى ما قبل العصر الكمبري (pre-Cambrian) في شمال اوستراليا.

يراوح عمر الصخور بين ١،٤ و١،٧ مليار سنة، فتمثل بذلك أقدم مخزون للنفط تم اكتشافه الى الآن. وتدل تحاليل مكتب الحكومة الاوسترالية للثروات المعدنية على أن هذا النفط كوّن بواسطة جراثيم وطحالب بدائية! ويشك الباحثون في ان هناك حقول نفط مماثلة لم تكتشف بعد. والمناطق التي يرجح وجود النفط فيها تشمل أمريكا الشمالية ومناطق في سيبيريا وربما في جنوب افريقيا.

• **الصخر الساخن.** يعمل العلماء في مختبر لوس آلاموس الوطني في نيو مكسيكو وكاليفورنيا في الولايات المتحدة على ايجاد طرق لتسخين الماء بضخه عبر صخور جافة ساخنة. ولهذه الغاية تحفر بئران على الاقل يفصل بينهما خزان من الصخر المكسر.

التحلل المتواصل للعناصر في الصخور يولد حرارة تحبسها القشرة الارضية. يضخ الماء الى احدى البئرين، فيسخن بحرارة الصخور ثم يعود مدفوعاً بالضغط العالي الى البئر الثانية.

وفي اختبار مبكر صيف ١٩٨٦ تبين ان هذه الطريقة تولد طاقة كافية لتأمين الكهرباء لبلدة يسكنها ألفا نسمة.

صحيفة "نيو ساينتست"

• **الانصهار.** ان آلة الصهر الجبارة في جامعة برنستون بولاية نيوجرزي، المصممة لاستغلال الطاقة الشمسية، حققت حرارة بلغت ٢٠٠ مليون درجة مئوية. وهذه تعادل عشرة أضعاف حرارة قلب الشمس، وهي أعلى حرارة سجلتها المختبرات على الاطلاق. ويؤمل في السنة ١٩٨٧ ان يصبح في امكان مفاعل "توكاماك" للانصهار الاختباري بلوغ نقطة المساواة(★) أي الدرجة التي تتساوى فيها الطاقة المولّدة والطاقة المستهلكة في تثبيت الحرارة العاملة.

هذه القوة تستمد الطاقة بدمج نوعين من الهيدروجين: "ديوتيريوم" و"تريتيوم". وفي المفاعلات الحالية تولّد الطاقة بتفتيت ذرات كبيرة كذرات الـ"يورانيوم - ٢٣٥." أما مفاعلات الانصهار فتنتج مادة الـ"هيليوم" غير الضارة، وليس المواد الاشعاعية المتنوعة التي تنتجها مصانع الطاقة الحالية.

"نيويورك تايمس"

(★) Break — even

سيطر الرعب على المخيم الاسباني
عندما هاجمه ثور جريح

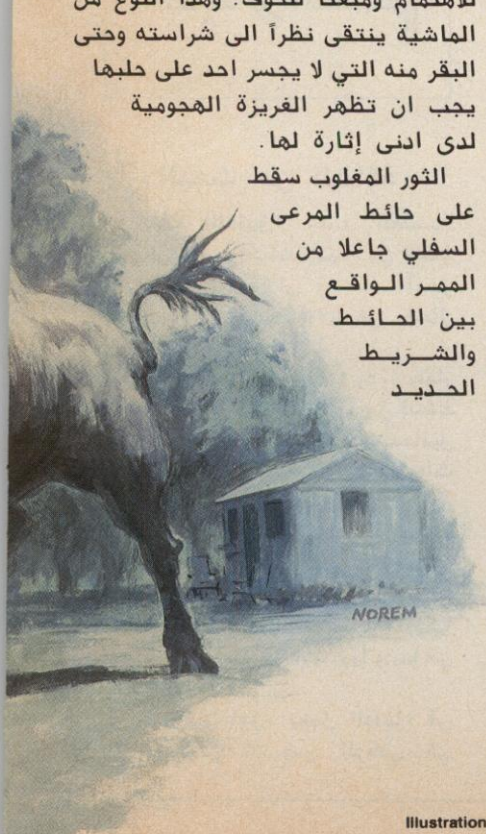
«سَهْرة» اسبانيّة

الانوار تتلألأ من ٢٣٨ عربة مقطورة في مخيم اوريمور في وادي جبل ڤيغاشيكا حيث تربى قطعان ماشية، على بعد ٥٠ كيلومتراً شمال مدريد. قرابة الحادية عشرة ليلا فرغت العائلات المخيمة هناك صيفا، هربا من حر العاصمة، من تناول طعام العشاء. وكان عدد غير قليل من الاولاد يلعبون.

الى جانب ذلك المخيم مرج يرعى فيه عادة قطيع مؤلف من ١٤ ثوراً مصارعاً. في تلك الليلة الموافقة ٢٣ يوليو (تموز) ١٩٨٥ بدا خوار الثيران مزعجاً ومنذراً بسوء، فقال قسطنطين دياز البالغ من العمر ٣٥ عاما، لزوجه روزالفا: "قد يعني ذلك امراً واحداً: حصول صراع بين الثيران،" وسارعا من عربتهما ليريا ما يجري.

في الضوء الخافت المنبعث من العربات المجاورة، لاحظ قسطنطين ثوراً يهجم من دون رحمة على آخر في المرعى، ينطحه بقوة في مؤخرته رافعاً اياها تكراراً في الهواء.

ان انتاج هذه الفصائل المنتقاة من الماشية استغرق قرونا ليجعل من ثيرانها اكثر الحيوانات الاسبانية مثاراً للاهتمام ومبعثا للخوف. وهذا النوع من الماشية ينتقى نظراً الى شراسته وحتى البقر منه التي لا يجسر احد على حلبها يجب ان تظهر الغريزة الهجومية لدى ادنى إثارة لها.



الثور المغلوب سقط على حائط المرعى السفلي جاعلا من الممر الواقع بين الحائط والشريط الحديد

Illustration: Earl Norem

الذي يسيج المخيم، ملجأ له. اما دياز الذي طالما كان يراقب قطيع الماشية، فعرف الثور من بقعة الشعر البيضاء التي تزين جبهته وهي العلامة الوحيدة الفارقة على جسمه الاسود الناعم الذي يزن ٣٥٠ كيلوغراماً على الاقل. وهذا الثور كان يبدو لدياز قائداً يتخطر بعظمة امام الثيران الاخرى. والآن وقف هذا الخاسر في معركة قاسية مفاجئة ذليلا مضطربا يعاني من جراء النطح جرحا بالغاً في جنبه الايمن بحجم قبضة اليد.

في مكتب المخيم، عرف المدير فرنادو فرناديز عن الحادث من بعض الاولاد الذين تأثروا به، واذ كان يدرك مدى خطر حيوان جريح سارع مع الحارس الليلي جوزي ماركز الى القرية المجاورة كابانيلاس دي لا سيرا طلباً للمساعدة، فقابلا الطبيب البيطري جوزي البرتو مونتويا البالغ من العمر ٣٥ عاما. ولما اطلع على ما جرى ادرك فوراً ان الوضع قد يكون قابلا للانفجار فركب سيارته مصطحبا القروي انطونيو هرنان البالغ من العمر ٢٤ عاما، وتبع المدير الى المخيم.

قرابة الـ١١،٣٠ وصل الطبيب البيطري الى سياج المخيم حيث تجمع نحو خمسين شخصاً. اما الثور فكان مغموراً بوهج نور متدفق من مخيم قريب بقوة ٥٠٠ واط، والاولاد يقرّعونه.

امر الدكتور مونتويا باطفاء النور واخراج الاولاد. وللحال انحجب النور وأبعدت امرأة الاولاد عن السياج، فيما حمل دياز مصباحا كهربائيا كاشفا لينير المكان.

اعتقد مونتويا ان الحيوان سيتبع الضوء فطلب من ماركز ان يصوب النور ارضا امام الثور في اتجاه باب مفتوح لمرعى آخر. خطا الثور بضع خطوات نحو الشارع، ولكنه اهتاج فجأة وضرب برأسه القوي شريط السياج فانهار حوالى ٣٠ متراً منه، وقفز عبر القسم المنهار.

الثور في المخيم – صرخ دياز: "الثور داخل المخيم،" واختبأ خلف شجرة. لكن هذا الانذار جاء متأخراً، فالحيوان الغاضب انقض على ماركز وهرنان والقاهما على السياج المنهار، والمدهش ان احداً منهما لم يصب اصابة خطرة.

اختفى الحيوان في الظلمة وبعد هنيهة سمع صوت: "في المخيم خطر، ادخلوا الى عرباتكم."

على بعد نصف كيلومتر من السياج كان فرنسيسكو وروزا مارسيلو يشاهدان التلفاز مع والد روزا جوكان دل برادو في غرفة من زجاج وخشب موصولة بالعربة، وامامهما في الخارج ابنتاهما وثلاث صديقات يتناوبن ركوب دراجة.

بعد سماع الانذار خرج فرنسيسكو وروزا وجوكان لتفقد الاولاد، واذا بأحد الجيران يندفع نحوهم صارخا: "ثور يخترق السياج." فالتفت الثلاثة الى الامام فرأوا جلد الثور الاسود يلمع تحت ضوء عمود امام الغرفة. وما هي الا ثانية حتى هاجم الثور الاولاد.

"الى الداخل،" صرخ فرنسيسكو بينما هو وروزا يدفعان الصغار في شكل جنوني نحو باب الغرفة المفتوح، وما هي الا دقائق حتى جمد جوكان الجزار المتقاعد البالغ من العمر ٥٩ عاما، في مكانه. اما

الثور فاندفع باقصى سرعة، مثل عربة قطار، محاولا ادراك الجماعة قبل ولوجها الباب. وكانت هناك فكرة واحدة ازالت كل خوف لدى هؤلاء الا وهي انقاذ الاطفال.

اسرع جوكان عبر الطريق التي يسلكها الثور، وفجأة اخذ يمشي متمهلا الى يمين الثور عله يجذب انتباهه، فنجح. لكنه، عندما حاول الاسراع في جريه، زلت به قدمه فسقط فانقض عليه الثور.

وكان جوكان، وهو هاو لمصارعة الثيران، تعلم من مصارعي الثيران انهم حين يطرحون ارضاً يجب ان يغطوا رؤوسهم ووجوههم بايديهم ويتمددوا على الارض في شكل مستقيم. واذ لم يتمكن الثور من جسم جوكان وتعذر عليه قذفه في الفضاء طفق ينطحه بقرنيه ومقدم رأسه فتدحرج كمغزل يدور على ذاته. وبعدما تدحرج مسافة عشرة امتار دفعه الثور بعنف نحو سيارة متوقفة في المخيم.

تابع الثور الخائر نطحه العنيف لجسم الرجل الطريح، فيما راحت السيارة تهتز بقوة تحت وطأة الضربات التي كان يتلقاها جوكان وهو يتحسس نفس الثور الرطب ويشم رائحته الكريهة. وشعر جوكان بعظامه تتحطم وبأن احدى ذراعيه اصبحت مرتخية، وانهارت قوته وبدأ يفقد وعيه قائلا في نفسه: انا سأموت.

اما روزا التي كانت تتابع المشهد، فتذكرت فجأة بندقية من عيار ٢٢ ميلم كان فرنسيسكو يحفظها في صندوقه. فاندفع هذا نحو العربة وتناول البندقية وحشاها رصاصة واندفع بها خارجاً، مطلقاً النار على الثور عن بعد ستة امتار.

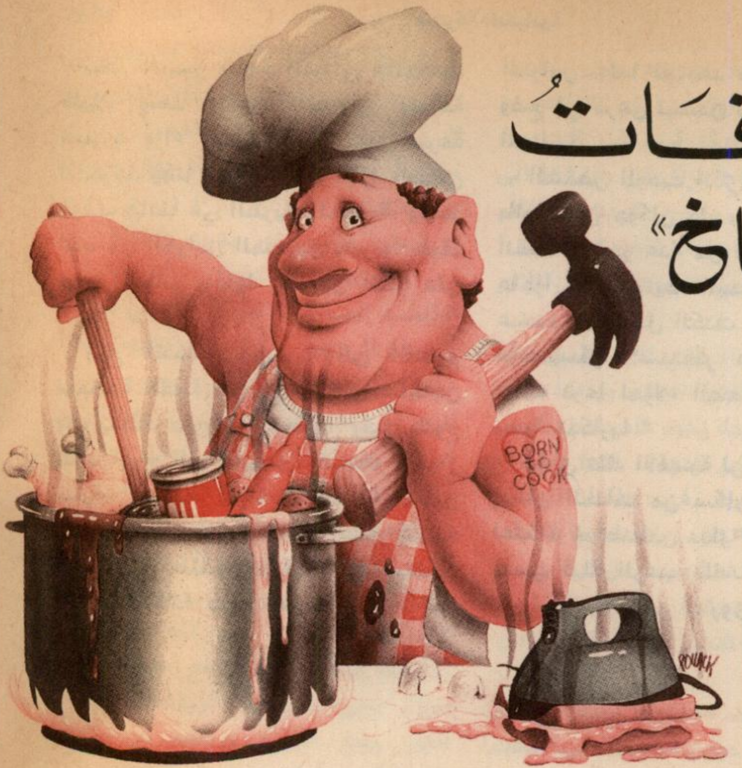
أصابت الرصاصة جبهة الثور فازداد خواراً وتطلع الى فوق فرأى خيالين في ضوء الغرفة، فهجم بينما روزا وفرنسيسكو يدبران نحو الباب المفتوح. وسرعان ما اغلق فرنسيسكو الباب. وبلغ هياج الثور حداً انه قطع الشريطين الفولاذيين اللذين كانا يثبتان احدى زوايا العربة كما تقطع الخيوط العادية. واستعجل فرنسيسكو وروزا ادخال الاولاد الى العربة بدلا من الغرفة خوفاً من انهيارها.

اطفأ فرنسيسكو النور وأسكت الاولاد الذين تملكهم الرعب فانفجروا بالبكاء، وهمس فيهم: "لا تدعوا الثور يسمعكم،" لكن الثور "سمعهم" فانقض على احد جوانب العربة التي تزن اكثر من طن فاهتزت وتماوجت. اما الصغار المذعورون فخيل اليهم ان الوحش الشديد الخوار اصبح داخل العربة. الا ان الثور توارى فجأة، كما ظهر.

جوكان المسكين - خرج الجيران، بعدما غادر الثور المكان، لمساعدة جوكان في الوقوف على رجليه. فوجدوه فاقداً الوعي يعاني جرحاً قذراً في خده الايسر، وقد تمزق قميصه الراشح عرقا وتلطخ بالدم. كذلك كانت يده اليمنى مرتخية.

وسرعان ما انطلق انذار آخر: "اطفئوا الانوار، في المخيم ثور شارد." وكان لويس مارتان الجزار المدريدي الضخم بادر الى ادخال نصف دزينة من الاولاد الى

إعترافـاتُ «طبَّاخ»



أتريد شطيرة مشوية بالجبنة؟ هاتِ اذاً مكواة الثياب!

أنا آخر رجل في العالم لا يجيد الطبخ. هذا لا يعني أنني لا أطبخ. فأنا أعيش وحيداً وأطبخ لنفسي، هذا اذا أمكن اطلاق عبارة "طبخ" على عملية وضع النقانق بين قطعتي خبز. يمكنني أيضاً أن أطبخ الهمبرغر أو ما يشبهه، كقطعة لحم أو نقانق. أنا أطبخ كل ما هو مسطّح ولا أحتاج إلى قلبه إلّا مرة واحدة (في الحالات الطارئة يمكنك أن تطبخ الدجاج كما تطبخ الهمبرغر اذا ضربته تكراراً بالمطرقة.)

حاولت أن أستعين بعدد من كتب الطبخ، لكن المصطلحات كانت دائماً تفوق ادراكي. أعرف معنى "التبييض"، فهو ما يفعله بوجهه كل من ألقى نظرة على مطبخي. أما "التدميس" فيتخطّى ادراكي، ويبدو كأن عليك أن تكسو الطعام بطبقة برونزية كما تفعل بأحذية الأطفال.

© 1986 by P. J. O'Rourke. Condensed from House and Garden (October '86), New York, N.Y. Illustration: Scott Pollack

وفي كتاب "متعة الطبخ" لم أفهم إلاّ طريقة طهو وحيدة، اليك ما جاء عنها في الكتاب:

"النقانق أو الهوت - دوغ المشوية.

"حمِّ المشواة واشوِ النقانق أو الهوت - دوغ، أو ضعها في المقلاة. وفي أثناء الطهو طرِّها بصلصة الشيّ."

في نهاية الوصفة يزداد الأمر تعقيداً.

ولا يسعني أن أقدّم عوناً كبيراً الى الآخرين في المطبخ. قد يطلب مني أن أخفق زلال البيض، ولكن ليس هناك ما يردعني عندئذ عن النزول الى ورشتي في القبو وخفق البيض بالمثقاب الكهربائي. لست أدري ما الأمر: ففي الورشة أراني لبقاً. وليست الاواني المطبخية سوى أدوات، وأما الطعام فهو شبيه بمواد البناء. لكن الفرق جذري: فالطعام لا يلبث في مكانه، في حين يثبت المسمار حيث تغرزه. أما القدر فتتراقص على النار، وما ان تستدير حتى يقفز الطعام من تحت غطائها فيكسو الفرن كلّه.

من جهة أخرى، يسمح لي الطعام المجلّد باستعمال أداة الطبخ الوحيدة التي أستسيغها ألا وهي الفرن الكهربائي. فأنا لا أهوى الطبخ، بل أحب رؤية ما تفعله الآلة بما ليس طعاماً. وهكذا اكتشفت أن الفرن الكهربائي لا يعجّل تجفيف طلاء مقابض الابواب، وهو غير نافع في تجفيف الأحذية المبتلة واعادتها جديدة. وحين أنتهي من العبث في المطبخ يكون الطعام المجلّد ذاب من تلقائه فيتسنى لي اذذاك أن أضعه بين قطعتي خبز وأتناول شطيرة باردة.

أظن أنني لست مدجَّناً كفاية. ففي جزء من لاوعيي يحلو لي أن أهرس طعامي في وعاء واحد كبير وألتهمه بطرفة عين ثم أدفن ما تبقى في الحديقة.

المشكلة الحقيقية ليست أنني آخر رجل في العالم لا يجيد الطبخ، بل أنني أيضاً آخر رجل لا يأبه لعجزه عن الطبخ.

أذكر متى بدأ هذا الهوس بالطبخ. في أواسط السبعينات كفّ أصدقائي فجأة عن التحدث عن سيارات السبور وبكرات الصيد وبدأوا يتبادلون الوصفات حول مقومات العجة وصنع المايونيز. أما أنا فكنت حائراً مرتبكاً. فالعجة بالنسبة اليّ لم تكن سوى بيض. لكنني أحسست أنني مهمل اذ لم أملك أياً من أسرار الطبخ باستثناء قاعدة: "لا تستعمل أبداً اناء طبخ وأنت ترتدي ربطة عنق."

بدت لي النزعة الى الطبخ غير مشرِّفة. ولا أود أن أكون مجحفاً أو متحيزاً. فأنا لا أعتبر الطبخ "من مهمات المرأة،" بل اعتبره مهمة فحسب. ولا يمكنني أن ألوم النساء اللواتي يهربن من المطبخ ليعملن في مجالس الادارة أو في المكاتب.

ولكن ما إن تدخل النساء بيوتنا حتى نهرع نحن الرجال الى شراء الكثير من الأواني النحاسية، ورؤوسنا تعجّ بأفكار غامضة حول المقبلات والحلوى. أنا لا أفهم ذلك البتة.

إن ما نشهده قد لا يكون مجرد تغيير في أدوار الجنسين، بل جزءا من تغير خطر في المجتمع. فكأن الناس يأكلون أي شيء في أيامنا. طبق الـ"سوشي" مثلا: في أيامي كان ابتلاع السمك الحيّ مخصصاً لشعائر تكريس الكشافة الجدد. وأخيراً بدأ الناس يفرغون جميع محتويات

الثلاجة في أطباقهم. ترى ما الذي كنا لنفعله قبل ٤٠ عاماً لو وجدنا معكرونة مبتلة وسط سلطة الخس والبندورة التي نتناولها؟ لكنا قذفنا الطبق في وجه النادل.

هذا بالطبع لا يبشر بالخير. فبريطانيا في عز امبراطوريتها قصرت طبخها على لحم البقر المشوي والمحمر. أما الاسبرطيون فلا أظن أنهم كانوا يأكلون. وظل الرومان يقتاتون بنوع من العصيدة الرقيقة الى أن حلّ عهد أغسطس، ونعرف كلنا ما حلّ وقتذاك. فالنهاية سيئة على الشعوب التي تتناول الكثير من ألسنة القبّرة وصغار الانقليس.

يطيب لي أن أواجه بمفردي هذا التيار الخطير، فأنتصب وحيداً، قوياً، لا أتزعزع. لكن رجلا واحداً لا يستطيع تغيير مجرى التاريخ مهما يكن ماهراً في قلي النقانق. لذا تراني أذعن للامر الواقع. وقد ابتدعت ما اقوله في صلصة المارينارا التي أحضّرها: "السرّ فيها هو العسل. فأنا أضع العسل بدلا من زيت الزيتون، ثم أضيف ملء فنجان صغير من شراب التفاح." (لحسن حظي لم يشك أحد بعد في صحة ما أقول.)

لكني لا أخبر أحداً عن شطيرة الجبنة المحمَّصة التي أصنعها بلفّ الخبز والجبنة المقطعة بورق الالمنيوم، ثم أضغطهما بمكواة بخارية. وفي الحالات الاضطرارية أصنع سلطة خلّ. ولكن إذا أدرك الضيوف عناصرها لأخذوها الى منازلهم واستعملوها لازالة الطلاء عن خزائن خشب الصنوبر.

ب.ج. أو رورك

منافس خطر

لم يتسلم الزبون جواباً عن رسالته الموجهة الى مدير الشركة، فكتب رسالة أخرى تبدأ بالعبارة الآتية:

"عزيزي الدماغ الالكتروني. ادركت أنك تقوم الآن بمهمة ادارة المؤسسة، وأن مديرها ليس سوى رئيس صوري..."

ووصلت الى المدير نسخة عن الرسالة أدت الى حل سريع لمشكلة الزبون.

ر.هـ.

أصدقاء الحيتان

أنا امرأة بدينة في الأربعينات من عمري. وقد سُررت من نفسي عندما اشتركت في سباق الركض الذي نظّمته "جمعية أصدقاء الحيتان" وكوفئت بقميص رياضي كتب عليه بخط بارز: "حافظ على الحيتان." لكن جارة لي نصحتني: "اياك وارتداء هذا القميص. لأن كل من يراك سيحاول ان يساعدك في عبور الشارع."

ش.ب.

الطاعون الأسود

(تتمة المنشور في الصفحة ١٣)

"وقالت انها كانت مدرسة واماً لستة اولاد اصغرهم في السنة الاولى من عمره.

"اظهرت تحاليل الدم والفحوص السريرية ان المرأة مصابة بآيدز وان حياتها كانت مسألة وقت إذ كان محكوماً عليها بالموت."

المصيبة التي حلّت بتلك المرأة الذكية المتعلمة تلخّص إحد اقسى الانعطافات في تاريخ الوباء الافريقي حسب الطبيبة التي روت القصة وقالت: "آيدز يحصد الآن الاشخاص الذين يتوقف عليهم نمو افريقيا وتطورها."

ففي اوغندا حيث طبيب واحد لكل ٢٢ الف شخص، توفي بآيدز في يوليو (تموز) الماضي طبيب في الاربعين من عمره كان يدير مستوصفاً يخدم جزءاً كبيراً من المنطقة الجنوبية - الغربية من البلاد. وفي كنشاسا توفي بآيدز حديثاً اختصاصي بجراحة الاعصاب، وهذا الاختصاص هو اكثر ما تفتقر اليه افريقيا حالياً. وفي المنطقة الغنيّة بالنحاس في زامبيا، ثلثا الرجال الذين صنف دمهم انه في حال هيف - ايجابي هم من الفنيين المهرة. وفي دراسة اخرى أجريت في زامبيا تبيّن ان ما يقارب الثمانية في المئة من النساء الحوامل داخل الطبقة الوسطى، اي الميسورة، هنّ هيف - ايجابي. ووصلت العدوى الى كثيرين من كبار المسؤولين الحكوميين والقادة العسكريين والمهنيين ورجال الاعمال في بلدان افريقية مختلفة.

ويرى طبيب اوروبي عاش سنوات عدة في افريقيا ان خسارة مثل هؤلاء الاشخاص "سوف ترغم قسماً كبيراً من افريقيا على العودة الى الزراعة."

وورد في تقرير اعدّه معهد بانوس، وهو منظمة ابحاث دولية، بالاشتراك مع الصليب الأحمر النروجي تحت عنوان "آيدز والعالم الثالث" ان "النخبة من الشباب تمثّل اول جيل يصل الى الحكم في فترة ما بعد الاستقلال في افريقيا. وفي عواصم افريقية عدة اعداد كبيرة من هؤلاء مصابة بآيدز وسيتوفى قسم متزايد منها. وليس تقليلا من اهميته ابداً الحديث عن الوقع الهائل الذي سوف تخلفه تلك المسيرة المتعاظمة نحو الموت على الصعد السياسية والاجتماعية والاقتصادية والنفسية."

إن صحّت هذه التنبؤات القاتمة فان تأثيرها لن يقتصر على سحق نمو افريقيا وتعطيله، بل سوف يتعداه الى إحداث خضّات اجتماعية - سياسيّة عميقة على غرار ما فعل الطاعون الاسود في اوروبا. و"من الجنون ان نتصوّر ان تأثير آيدز سوف يكون مختلفاً،" حسب قول الدكتور جوناثان مان منسّق شؤون آيدز في منظمة الصحة العالمية.

ماذا يحصل في بقية انحاء العالم اذا تعذرت السيطرة على هذا الوباء؟ انه من دون شك سيحدث مشاكل غاية في الاهمية.

طبيب زائيري روى قصة ارملة شابة كانت تعمل سكرتيرة إدارية، فأقامت

أعراض «آيدز» وحظوظ الإفلات منه

ماذا يجب ان تعرف عن آيدز؟

هذه الاسئلة والاجوبة اعدتها الـ"ريدرز دايجست" بالاشتراك مع منظمة الصحة العالمية، وهي ربما انقذت حياتك أو حياة من تحب.

□ ما هو آيدز؟

■ آيدز داء يسببه فيروس بطيء يعرف بـ«HIV» اختصاراً لفيروس نقص المناعة البشرية. وهذا الداء يتلف جزءاً من جهاز المناعة في الجسم ويخلف ضحاياه في حال لا تسمح لهم بالدفاع ضد الامراض المعدية وبعض انواع السرطان.

□ هل كل من يحمل الفيروس معرّض للاصابة بآيدز؟

■ كلا. يظهر ان بين ١٠ و٣٠ في المئة من هؤلاء يصابون بآيدز خلال خمس سنوات. وترتفع هذه النسبة مع مرور الوقت. والفيروس طويل العمر.

□ ما هي اعراض آيدز؟

■ سعال متواصل وحرارة مرتفعة وشعور بالتعب من دون سبب. ومن الاعراض الاخرى عرق في الليل وصعوبة في التنفس ونقص في الوزن ولطخات ليلكية على الجلد.

□ هل في امكان حملة الفيروس من غير المصابين بآيدز، ان ينشروا المرض؟

■ نعم، فالذين يعرفون بـ"حملة الفيروس الاصحّاء"، يمكنهم ان يحملوا الجرثومة سنوات من دون ان يدركوا ذلك وهم من حيث لا يدرون ينقلونها الى سواهم.

□ كيف ينتقل الهيف او الفيروس؟

١. بالاتصال الجنسي. ولأن الفيروس موجود في المني والافرازات المهبلية فإنه قد ينتقل من رجل الى آخر او من رجل الى امرأة او من امرأة الى رجل. ويزداد خطر العدوى لدى الاشخاص الشاذين - رجالا ونساء - الذين يقيمون علاقات مع عدة اشخاص، من الجنس الواحد والجنسين معاً.

٢. بالدم ومشتقاته. فنقل دم ملوث الى شخص سليم ينقل اليه الفيروس. لكن البلدان المتقدمة تجري تحاليل دم بانتظام وترفض الدم الذي يحتوي على فيروسات اجسام مضادة، والعقاقير التي تخثر الدم المستخدمة في امراض مثل الناعورية تعالج على نحو يقتل فيروس آيدز.

علاقة عاطفية بمدير مصرف متزوج على علاقة بفتاتين غيرها. وبعد وقت قصير، ظهرت على الارملة اعراض داء وما لبثت ان توفيت على رغم جهود الطبيب المعالج. ثم ظهرت الاعراض نفسها على المدير وتوفي هو الآخر، كذلك توفيت صديقتاه. وادرك الطبيب لاحقاً ان الوفيات الاربع سببها داء آيدز. وحدها زوجة مدير المصرف نجت.

تظهر هذه القصة حقيقة مهمّة عن آيدز في افريقيا هي ان الداء الذي يسبّبه الفيروس نفسه الموجود في البلدان

٣. بالإبر المشتركة. الذين يتلقون العقاقير من طريق الأوردة هم الفئة الاكثر تعرضاً لانهم ربما استخدموا ابراً ومحاقن غير نظيفة. إلا ان اي اداة حادة اخرى غير معقمة، بما في ذلك الابر المستعملة لثقب الاذن، يمكن ان تنقل المرض.

٤. من الأم الى طفلها. ينتقل المرض من الأم المصابة بالمرض الى طفلها اثناء الحمل او بعد الولادة. وهناك احتمال لانتقال الفيروس من ام مصابة الى وليدها.

□ ما هي الطرق التي لا ينتشر آيدز بواسطتها؟

■ لا ينتشر آيدز من خلال الاتصال العرضي في المدرسة او في العمل او في السوق. ولا ينتشر كذلك من طريق مقاعد المراحيض او المصافحة او الضمّ او العناق او التقبيل العرضي او امساك الطعام باليد في المطاعم. وهو لا ينتقل بواسطة البعوض او اي حشرات أخرى.

□ كيف يمكنك ان تحمي نفسك منه؟

١. تجنّب اقامة علاقات جنسية مع اشخاص متعددين وتجنب ممارسة الجنس مع اشخاص تشتبه بانهم مصابون بالمرض. وتجنب على الأخص ممارسة الجنس مع اشخاص من الفئات ذات التعرّض المرتفع كالمومسات واللوطيين الذين يقيمون علاقات مع الجنس الآخر ايضاً، اي الثنائيي الجنس، ومع متعاطي المخدرات من طريق الوريد.

٢. ان ساورك شك حول شريكك، اتخذ الاحتياطات اللازمة سواء بالامتناع عن ممارسة الجنس معه او باستخدم الكبوت الواقي (Condom) حتى قبل الاختراق اذا كان هناك احتمال لاحتكاك الاعضاء التناسلية. واستخدام الكبوت الواقي لا يكفل عدم الاصابة إلا انه ينقص من احتمال حدوثها اذا استخدم على الوجه الصحيح.

٣. إذا كنت ستخضع لجراحة استشر طبيبك حول امكان خزن بعض من دمك قبل العملية. ومع ان مخزون الدم في معظم الدول المتقدمة يعتبر سليماً، إلا ان هناك احتمالا ضئيلا بان "تفلت" احدى الزجاجات خطأً من التدقيق والفحص.

□ ماذا تفعل اذا اصبت بآيدز او ظننت انك قد تكون مصاباً به؟

■ اذا شككت في احتمال اصابتك بآيدز او تورطت في علاقات جنسية مع اشخاص ينتمون الى فئات معرضة للاصابة، الجأ الى المشورة الطبية، ولا بأس في اجراء فحص دم بسحب عينة من الذراع. ويتعين عليك مصارحة شريكك بالامر وتحاشي العلاقات التي قد تعرضه للاصابة. كذلك امتنع عن التبرع بدمك.

© 1987 The Reader's Digest Assn., INC.

الأخرى، ينتقل في افريقيا من شخص الى آخر بطريقة مختلفة. ففي اوروبا وامريكا الشمالية، ظهر آيدز الى الآن خصوصاً بين اللوطيين ومدمني المخدرات من طريق الحقن في الاوردة. اما في افريقيا، فان ٨٠ الى ٩٠ في المئة من حالات آيدز تنتقل عبر علاقات جنسيّة حميمة مع الجنس الآخر وهذا هو السبب في كون عدد ضحايا آيدز من النساء مساوياً لعدد الرجال المصابين به.

البلد الوحيد الآخر خارج افريقيا الذي يتساوى فيه الرجال والنساء بالعدوى

بآيدز، هو هاييتي. الا ان هناك دلائل على ان اصابات آيدز بين الذين يقيمون علاقات جنسيّة طبيعية آخذة في الازدياد في الولايات المتحدة واوروبا.

الاطفال الابرياء

تشكّل المومسات إحدى الطرق الرئيسية لنشر آيدز في افريقيا.

ويقول احد خبراء آيدز الامريكيين ان نسبة حملة الفيروس بين المومسات الافريقيات هي من الارتفاع بحيث انها "تجعل حظ الزبون في النجاة أفضل ان هو لعب الروليت الروسية" (٤). ويحذّر من خطر انتقال فيروس هذا الداء الى اوروبا والولايات المتحدة وغيرها بواسطة السياح ورجال الاعمال.

ونمط الحياة الافريقية تعكسه دراسات اظهرت ان الامراض التي تنتشر من طريق الجنس هي اكثر تفشياً بين الأفارقة بمقارنتهم بالغربيين. ويلاحظ الدكتور س.ي. اوكوير رئيس لجنة آيدز في اوغندا، ان الشباب في افريقيا يفضلون الموت على الحد من ممارسة الجنس وهم يقولون: "إن لم تكن لك علاقات جنسية فافضل لك ان تموت." والطريقة التي أخذ آيدز ينتشر بها توحي ان العكس ربما كان هو الصحيح.

على ان آيدز يفتك بالاطفال الابرياء. وبدا ذلك واضحاً وبشكل مؤلم خلال زيارة غير مأذون بها لمستشفى ماماييمو، أحد اكبر مستشفيات افريقيا الوسطى.

يقع المستشفى في شارع ضيّق بالقرب من قلب مدينة كنشاسا. في جناح الاطفال صفوف من الاسرّة البسيطة يرقد فيها اطفال بدا الخوف على ملامح بعضهم والفضول على ملامح البعض الآخر، اما الهزال فكان السمة المشتركة بين الجميع. عدد من الامهات الشابات رحن يحُمن حول اطفالهن بوجوه قلقة، في حين استلقت اخريات على الاسرّة بقرب صغارهن ولففن اذرعهن حولهم بغية اشاعة الراحة في نفوسهم بعدما عزّ كل شيء آخر. أحد الممرضين اقرّ بأن بين هؤلاء الاطفال مصابين بآيدز وبأن وفاتهم محتومة وقال باسف: "إنه لأمر سيىء."

ينتقل آيدز من الأم الى الطفل من طريق الرحم خلال الولادة. وهناك احتمال لانتقاله من الام الى الطفل من طريق الرضاعة. ونظراً الى ارتفاع نسبة حملة فيروس هذا الداء بين النساء الافريقيات الحوامل، فمن المتوقع ان تتفاقم ازمة آيدز في القارة السوداء. ففي كنشاسا مثلا ٨ في المئة من الحوامل في احد المستوصفات التي تعنى بالامهات قبل الولادة وُجدن في حال هيف - ايجابي في العام ١٩٨٥ - ١٩٨٦، واظهرت النسبة ذاتها دراسة تناولت ٢٧٢ امرأة حاملا في زامبيا.

نصف الاطفال الذين يولدون لامهات في حال هيف - ايجابي يحملون فيروس آيدز، و٥ في المئة من المواليد حاليا في بعض اجزاء افريقيا مصنّف دمهم انه في حال هيف - ايجابي، وبين نصف هؤلاء وثلثيهم يصابون بآيدز خلال سنتين. في

---

(٤) في الروليت الروسية أو "لعبة الموت" توضع رصاصة واحدة في أسطوانة المسدس وتدار الاسطوانة، ثم يضع اللاعب فوهة المسدس على صدغه ويضغط الزند فيكون حظه الموت أو الحياة.

راوندا مثلا ٢٢ في المئة من ضحايا آيدز هم من الاطفال. وهذه السنة سوف يعالج ٦ آلاف طفل من زامبيا من داء آيدز الذي لم يعد يهدّد هذا الجيل فحسب بل الذي يليه ايضاً.

الدم الفاسد

هناك طرق اخرى لنقل الداء. وللدلالة على ذلك روى طبيب اوروبي يعمل في تانزانيا القصة الآتية: "سطا لصوص على منزل عائلة معروفة، وقبل ان يفرّوا بما غنموا اطلقوا الرصاص على ابنتي صاحب الدار، فاقتضى حقنهما بعض الدم لانقاذهما. احداهما مصابة الآن بداء آيدز وهي تحتضر ودم الثانية في حال هيف - ايجابي. والسبب ان فيروس آيدز كان في الدم الذي تلقته الفتاتان."

ويُعتقد ان اكثر من عشرة في المئة من حملة الفيروس من الافارقة، اي ما يوازي نصف مليون الى مليون شخص في افريقيا الوسطى وحدها، اخذوه بطريق الدم.

والسبب الرئيسي لذلك والذي لا يبدو انه مرشح للزوال او التحسّن في المستقبل المنظور، هو ان فرز الدم يجري على نحو غير كافٍ. ففي معظم انحاء افريقيا الوسطى قد تفوق كلفة عملية فرز دم واحدة ما خصصته موازنة الدولة للعناية بالفرد، وهو يراوح بين دولارين وثلاثة دولارات سنوياً. وإذا اظهر التحليل ان عيّنة الدم تحتوي على الفيروس، فان التحقق من صحّة النتيجة الأولية يزيد الكلفة اضعافاً مضاعفة.

وما فتىء الاطباء الافريقيون يلتمسون الجواب عن سؤال طالما حيّرهم وهو: هل نصرف المال على فرز عيّنات الدم ام على تلقيح الاطفال ضد عدد من الامراض الفتاكة كشلل الاطفال والحصبة؟

ويزيد الدم الملوث من انتشار آيدز، بسبب بعض المشاكل الصحية التي تقتضي معالجتها عمليات نقل دم. وفقر الدم المنجليّ(٥) مرض وراثي يهاجم كريات الدم الحمراء ويعطبها، هو أحد أهم هذه المشاكل. ومن ١٥٠ الف طفل يولدون في العالم وهم مصابون بهذا النوع من فقر الدم، هناك ١٠٠ الف في افريقيا وحدها. الملاريا مرض آخر يستدعي علاجُه عمليات نقل دم، علما ان عدد ضحايا الملاريا في افريقيا يفوق المليون سنوياً.

عدد كبير من النساء الحوامل يحتجن الى عمليات نقل دم بسبب فقر دم حاد لديهن نتيجة الملاريا او فقر الدم المنجلي او النقص في مادة الحديد. وفي افريقيا الوسطى يقدر اختصاصي بامراض الدم ان متوسط ما يحتاج اليه كل سرير توليد من الدم بـ٦٠ وحدة في السنة اي عشرة اضعاف ما يحتاج اليه سرير مماثل في امريكا الشمالية او في اوروبا.

واوضح ان احتمال انتشار العدوى بداء آيدز يرتفع مع زيادة عمليات نقل الدم. ففي كمبالا باوغندا مثلا، ١٤ في المئة من الدم المخزون في مستشفى القديس فرنسيس للتوليد، وجد ملوثاً بفيروس آيدز.

الدكتور جوناثان مان، مدير البرنامج الخاص بآيدز في منظمة الصحة العالمية

---

(٥) Sickle — cell anemia

الذي امضى وقتا طويلا وهو يبحث عن انجع الوسائل للحد من انتشار وباء آيدز، يرى ان الامل الوحيد لضمان سلامة الدم من التلوث هو في تطوير وسيلة سهلة ورخيصة لفحص الدم شبيهة بتلك المعتمدة في فحص السكري.

والى الدم الملوث، فان استخدام الابر والمحاقن اكثر من مرّة يشكل عاملا آخر في زيادة سعة انتشار الداء. ففي بعض المراكز الصحيّة في الارياف، تستخدم الابر والحقن عدّة مرات قبل ان تعقم ثانية. ووقف حركة العدوى من طريق الابر، ممكن بواسطة غليها واستعمال المطهّرات المنزلية ذات التأثير المبيّض التي تقضي على الفيروس. لكن المشكلة ان افريقيا تفتقر حتى الى المطهرات المبيّضة.

وسط كل ذلك الاهتمام بطريقة انتشار آيدز ومكانه وسرعته، تبقى إحدى عواقبه المهمة خافية وهي التأثير الذي يحدثه على سواه من الامراض المنتشرة بكثرة في افريقيا والتي تنمو في ظلّه الى حدّ يمكنها من الرسوخ قبل ان تُكتشف. هنا ايضاً يدفع اطفال افريقيا الثمن غالياً.

ولأن فيروس آيدز يقوّض جهاز المناعة، حسب بعض الباحثين، فإنه يخلف الجسم فريسة سهلة لشتى انواع الامراض المعدية كالزحار والملاريا والسل. وفي بعض اجزاء من الصحراء الجنوبية في افريقيا ارتفعت نسبة الاصابات بالسل. ويقول الدكتور بيو ان بين ٣٠ و٤٠ في المئة من ضحايا السلّ في افريقيا هم من حملة فيروس هيف وان الاطفال هم الاكثر تأثراً به.

الدكتور بيار مبل طبيب من الكونغو اختصاصي بالصحة العامة تدرّب في باريس. وهو يقول: "سوف نشاهد امراضاً معدية لم يسبق ان عرفناها بالاضافة الى الامراض التي كانت آخذة في الزوال والتي سوف تزهر مجدداً. فالارتفاع في نسبة الاصابات بالملاريا وحدها سيجعل الاجهزة الصحية في ذلك الجزء من العالم تنوء تحت عبء لا طاقة لها على حمله. وهذه بالنسبة الي اضخم مشكلة يسببها آيدز."

حتى المناعة التي يكتسبها الاطفال بواسطة التلقيح ضد الحصبة وشلل الاطفال يُضعفها فيروس آيدز، وهذا امر مقلق لانه يهدد كل برامج التلقيح المناعي في افريقيا.

المواجهة الاولى

في شهر نوفمبر (تشرين الثاني) الماضي التقى عدد من الاطباء والباحثين الامريكيين والاوروبيين ممثلين لاكثر من ٣٠ دولة افريقية في برازافيل، الكونغو، حيث عقد اول مؤتمر كبير حول موضوع آيدز في افريقيا في المقر الاقليمي لمنظمة الصحة العالمية.

وكانت تلك المرّة الاولى يتكلّم فيها الافارقة بصراحة وانفتاح عن داء آيدز المنتشر. ومع انه سمح للصحافيين الغربيين بالحضور فقد اقتصر تمثيل الصحافة على مندوبين عن الـ"ريدرز دايجست" وصحيفة فرنسية وشبكة تلفزيون بريطانية مستقلّة.

حيرة افريقيا وقلقها في ما يتعلق بموضوع آيدز ظهرا بوضوح في المؤتمر.

فمع ان الرسميين في دوائر الصحة عبروا عن قلقهم العميق إزاء موضوع آيدز، إلا انهم حرصوا على التعبير عن إدراكهم، كما قال احدهم، ان "آيدز هو مرض سياسي." واصر بعض الممثلين على القول ان مرضى آيدز في بلادهم هم اما من الاجانب واما من الافارقة الذين هاجروا الى بلاد اخرى ثم عادوا الى اوطانهم. فيما انحى بعضهم الآخر باللوم على بلدان افريقية مجاورة.

وهذه مواقف من شأنها احداث مشكلة جديدة لخّصها الدكتور انثوني لمويغابا من اوغندا، البلد ذي المواقف المنفتحة إزاء موضوع آيدز، بقوله: "ان البلدان التي تنفي وجود آيدز فيها تلحق بشعوبها افدح الأذى فهي تجعل الناس يظنون انهم في امان فيطمئنون ويروحون يمارسون الجنس بحرية اكبر ويزيدون من انتشار الداء اكثر فاكثر." مع ان عدداً كبيراً من المؤتمرين عبّروا عن ثقتهم بأن العلماء لا بدّ ان يجدوا لقاحاً ضد آيدز.

وترى منظمة الصحة العالمية ان لقاحاً سليماً وفاعلا لن يتمّ التوصل اليه قبل خمس سنوات، على الاقل، ممّا يتوافق مع تقديرات الدكتور لوك مونتانييه من معهد باستور الفرنسي الذي وضع العام ١٩٨٣ اول تقرير عن وجود "فيروس بشري ارتجاعي"(٦) ربما كانت له علاقة بداء آيدز.

ويقول الدكتور روبرت غالو، رئيس فريق من الباحثين في معهد وطني للصحة العامة في الولايات المتحدة تمكّن من توفير اثباتات مقنعة لتلك العلاقة، انه إذا لم يتمّ التوصل الى لقاح واعد له فاعلية على الشمبانزي في نهاية السنة الجارية "فإنني سوف اشعر بقلق بالغ." حتى وان تمّ ذلك، فإن اللقاح سيحتاج الى سنوات عدة قبل ان تتحقق صلاحيته.

ان ايجاد لقاح ضد آيدز عملية صعبة نظراً الى كون الفيروس الذي ينتقل بواسطته بالغ التعقيد وهو يخضع الجسم لتغيرات سطحية تتمثل في "تدفق الاجسام المضادة" التي تربك جهاز المناعة في الجسم. ويقول الدكتور جون لامونتاني مدير برنامج آيدز في معهد الحساسية والامراض المعدية التابع للمعهد الوطني للصحة في الولايات المتحدة: "إذا ثبت ان التغيرات غير مهمة، فإن البحث عن لقاح سوف يزداد صعوبة."

إلا انه على رغم تعقيد الفيروس، ثمّة مجالات واعدة تجرى الآن متابعتها واستكشافها.

في كنشاسا حالياً، فريق طبي فرنسي - زائيري في رئاسة الاختصاصي الفرنسي بالمناعة الدكتور دانيال زاغوري. ويجري هذا الفريق تجارب على شكل من اشكال المناعة من شأنه توفير الوقاية من فيروس HIV. والطريقة التي يتبعها تحفز جهاز المناعة في الجسم على إنتاج كميّات كبيرة من الاجسام المضادة ذات التأثير المعطل للفيروس، اضافة الى خلايا دم بيضاء تدعى "خلايا ليمفاوية قاتلة"(٧).

ويجري الدكتور ماكس اسكس رئيس دائرة علم الاحياء السرطاني في كلية

(٦) Human retrovirus

(٧) Killer lymphocytes

آيدز والعالم العربي: درهم وقاية...

ماذا عن آيدز في العالم العربي؟

على رغم انه لم يبلغ عن اصابات مؤكدة بآيدز في العالم العربي، فان السلطات الصحية في عدد من الدول العربية اتخذت احتياطات وقائية من شأنها الحد من انتقال فيروس الداء اليها.

وفي خط مواز لهذه الاجراءات بادرت منظمة الصحة العالمية الى عقد مؤتمر للبلدان الواقعة شرق المتوسط، هو الاول من نوعه في المنطقة، حول آيدز، حضره مندوبون عن ٢٢ بلداً اضافة الى عدد من العلماء والاختصاصيين من اوروبا والولايات المتحدة.

عقد المؤتمر بين الثالث من فبراير (شباط) ١٩٨٦ والسادس منه، باشراف منظمة الصحة بالتعاون مع حكومة الكويت.

وحددت مهمته بمراجعة وضع الداء وعرض التقدم الذي احرز في مجال كبحه، ورسم خطة اقليمية من اجل مراقبته والوقاية منه بغية الحد من انتشاره.

وتحدث في المؤتمر كل من وزير الصحة والتخطيط الكويتي الدكتور عبد الرحمن العوادي والمدير الاقليمي لمنظمة الصحة العالمية الدكتور حسين الفزيري. وقال الفزيري ان الامل في السيطرة على وباء آيدز يكمن في وعي المجتمعات في المنطقة للاخطار التي ينطوي عليها هذا الوباء، وفي التدابير الاحترازية التي يمكن ان تتخذ على مستوى كل بلد بدعم من جهد دولي ينشط في البحث عن وسائل الوقاية والعلاج. وناشد المسؤولين في الدول المعنية اتخاذ اقصى التدابير الاحترازية بغية الحد من انتشار آيدز.

ودعا الى اطلاع الجمهور على معلومات صحيحة عن ايدز على نحو يحول دون اثارة ذعر في صفوفه.

واتخذت في ختام المؤتمر توصيات شددت على الحاجة الى ارشاد المواطنين خصوصا الى سبل الوقاية من الداء، فضلا عن ضرورة التنسيق بين وزارات الصحة والاعلام والتربية وتبادل المعلومات في ما بينها بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية، واقتراح البرامج التربوية التي تخدم اهداف الوقاية والمعالجة.

الصحة العامة في جامعة هارفارد، محاولات مختلفة تعتمد على بحوثه وترمي الى استخلاص لقاح من فيروس موجود في القرود يعرف بـ«STLV — III». وهذا الفيروس الموجود بالتحديد في القرود الخضر في افريقيا، يشبه فيروس آيدز إلا انه لا يسبّب اي مرض. ولقد اكتشف اسكس وزملاء له فيروساً مماثلا دعوه HTLV — IV لدى مئات الاشخاص في السنغال بغرب افريقيا من دون ان تظهر عليهم اي اعراض.

ومهما بَعُدَ احتمال انجاز تطوير لقاح

وهنا ابرز ما جاء في التوصيات:

□ على رغم ان الداء لم يظهر الى الآن في انحاء عدة من المنطقة، فان الوقاية منه لا تزال مهمة رئيسية. ويتعين على كل دول المنطقة المبادرة الى مراقبة الوضع واستكشاف الجوانب الوبائية فيه.

□ ان الصورة التي يظهر بها آيدز في العالم الغربي قد لا تنطبق بالضرورة على الحال في المنطقة، ولكن ينبغي للسلطات المختصة في كل بلد ان تتحلى بالشجاعة الكافية فتحدد الاشكال الوبائية التي يمكن ان يظهر بها الداء بين مواطنيها.

□ ان نقل الدم واستعمال حقن وابر غير معقمة هما من العوامل الرئيسية الممكنة لنقل آيدز الى المنطقة. لذلك لا بد من اتخاذ تدابير مشددة من اجل تأمين سلامة الدم ومشتقاته من اي فيروس. كذلك لا بد من سن تشريعات خاصة في كل بلد لضمان هذه السلامة.

□ بالنسبة الى المسافرين، كان هناك شعور بان لا حاجة الى تدابير اضافية الى تلك التي تفرضها الاجراءات الصحية المعتمدة دوليا.

□ اتفق المجتمعون على تبادل المعلومات حول الاوضاع الصحية في بلدانهم وابلاغها الى منظمة الصحة العالمية.

ودعا هؤلاء المنظمة الى ابلاغهم اي تطور يحصل في طرق تشخيص الداء وادواته والتركيز على البحث عن ارخص الاساليب وادقها لفحص الدم.

من جهة اخرى عقد مسؤولون في وزارات الصحة في دول مجلس التعاون الخليجي اجتماعاً في الكويت في السابع من مارس (آذار) ١٩٨٧ من اجل "وضع استراتيجية مشتركة لتحديد هذا المرض ومقاومته،" كذلك طريقة التعامل وحاملي الفيروس المسبب له.

وسبق للمسؤولين الصحيين في دول مجلس التعاون ان التقوا في فبراير (شباط) الماضي وقرروا تبادل الآراء حول التجارب الخاصة بطرق الوقاية من آيدز ومواجهته.

وبين الاجراءات التي اتخذت في نطاق مجلس التعاون الفحص الانتقائي لافراد، خصوصاً لاولئك القادمين من بلدان يشتبه بان فيها اصابات بآيدز، وفحص الدم المستخدم في عمليات نقل الدم خصوصاً خلال الجراحات، ومراقبة الدم الوارد من الخارج.

ومعروف ان المملكة العربية السعودية توجب على الاجانب الراغبين في الحصول على تأشيرة دخول الى البلاد ان يثبتوا خلوهم من آيدز.

ضد آيدز فإنه يبقى اقرب منالا من الدواء الشافي. ويقول الدكتور لامونتاني: "في ما يتعلّق باللقاح، توصلنا على الأقل الى نقطة جعلت ان بعضه اصبح قابلا للاختبار. اما في ما يتعلق بالدواء، فان الامر يبدو اكثر تعقيداً لأن فيروس هيف هو من النوع الكامن ولم نتوصل بعد الى ايجاد علاج للانواع الكامنة."

Azidothymidine او AZT هو الدواء الوحيد الذي اطأل الى الآن اعمار ضحايا آيدز، إلا ان الباحثين لا يزالون غير متأكدين من فاعلية هذا العقار على

المدى الطويل ذلك بان له تأثيرا ساماً على النخاع العظمي.

مطلوب حل سريع

وفيما العالم ينتظر الرصاصة السحريّة للقضاء على آيدز، يتابع الداء مسيرته. وفي اوائل هذه السنة، افاد ٩١ بلداً عن وجود إصابات آيدز فيها، ويقدر اليوم عدد حملة هذا الفيروس في العالم بعشرة ملايين. ولكن ليس هناك مكان في العالم تمكن مقارنته بافريقيا لجهة انتشار المرض.

ويزداد حالياً الدعم الدولي للحرب المعلنة ضد آيدز في افريقيا. ويقول الدكتور مان ان منظمة الصحة العالمية تملك الآن موازنة كافية تمكنها من المساعدة بطرق ملموسة. والى ذلك، هناك عدد من البرامج الثنائية يتم العمل على تنفيذها.

وهناك ايضاً برامج اخرى قيد التنفيذ في الولايات المتحدة وفرنسا وبلجيكا وعدد من الدول الاوروبية الاخرى.

انها بشائر مشجعة لكنها تعطي املا ضئيلا بالنسبة الى ضخامة المشكلة التي يطرحها آيدز.

ان ايصال المعلومات الى تلك القارة ذات اللغات المتعددة والنسبة المتدنية من المتعلمين وشبكة الاتصالات البدائية، صعب للغاية.

وتقول اليزابيث نجوجي منسّقة آيدز في كينيا: "اخشى ان تكون هناك اولويات اخرى عدة تنافس آيدز كالتعليم وانتاج الطعام."

لكن الدكتور مان يرفض ان يتخلى عن تفاؤله وهو يقول: "يشكّل آيدز مشكلة لا سابق لها وهو لذلك يتطلب حلولا لا سابق لها. وهذا ردي الجزئي على اولئك الذين يقولون لي أن الممارسة الجنسيّة في افريقيا لن تتغيّر أبداً. اما ردّي الآخر فهو اننا لن نيأس ولن نتخلى عن احد. ومن الخطأ ان نلغي افريقيا الوسطى من الخريطة بشحطة قلم."

ثمة دلائل، على الأقل بين سكان المدن في افريقيا، على ان الناس بدأوا يعترفون باخطار آيدز. وفي ما يأتي بعض الامثلة:

سائق تاكسي في برازافيل قال لي الخريف الماضي ان اصدقاءه غالباً ما يتداولون موضوع آيدز. ثم ابطأ من سرعة السيارة واشار الى مربع ليلي كان في ما مضى ملتقى شعبياً. واوضح انه اغلق لأن الناس باتوا يخشون تفشي آيدز في ما بينهم.

وفي دار السلام في تانزانيا طلب والدا إحدى الشابات من طبيب ان يفحص خطيب ابنتهما ليتحقق من انه غير مصاب بآيدز. وقال لهما الطبيب انه لو كانت بناته في سن الزواج لتصرف على هذا النحو.

ان المجتمع الدولي يجب ان يعترف بخطورة انتشار المرض في افريقيا وبحاجة افريقيا الماسّة الى المساعدة. وقال الدكتور مان ان "كل من تحدثت اليه في الموضوع قلّل من اهمية مشكلة آيدز." والدكتور مان وسواه من الخبراء يشعرون كأنهم في سباق مع الزمن لانقاذ افريقيا وربما الجنس البشري باكمله.

وتحتاج افريقيا، للفوز بهذا السباق،

الى مزيد من المساعدات المالية والتقنية والتعليمية. والميادين الاكثر حاجة الى المساعدة هي الطرق المتعلقة بالحماية: حماية الدم المخزون من التلوث، فحص الاناث اللواتي هن في سن الانجاب وارشادهن الى سبل الوقاية من آيدز، ابحاث اولية حول طريقة انتشار آيدز، تدريب العاملين في ميادين الصحة، المساعدة في وضع برامج اعلامية خلّاقة لتعليم الناس كيف يحمون انفسهم.

ان الذين يدركون خطورة الموقف في افريقيا، يرون ان العالم بأسره يقف على منعطف تاريخي حرج. ولقد احسن رئيس احدى اللجان الافريقية المهتمة بموضوع آيدز، التعبير حين قال: "يجب ان نفعل شيئاً الآن لانه بعد عشر سنين قد لا يبقى منّا العدد الكافي لعمل اي شيء."

هناك حاجة الى بذل جهود واسعة من اجل كبح آيدز. ان المساهمات في برنامج منظمة الصحة العالمية الخاص بآيدز يمكن ارسالها الى العنوان الآتي:

WHO AIDS Account N0. D3 — 100705
Swiss Bank Corporation
WHO Branch Avenue Appia
1211 Geneva 27, Switzerland.

جون بيكانن

ترجمة د. باسمة سكرية عيد

اعتذار سريع

بصفتي محرراً في مجلة ادبية يتعين علي أن أملأ قسائم اعتذار لأصحاب المقالات والقصائد غير المقبولة للنشر. وهذه القسائم مكتملة لا ينقصها الا عنوان المقال او القصيدة.

وذات يوم انهمكت في الرد على رسائل كثيرة. ولدى مراجعتها سريعاً قرأت في احدى القسائم: "نقدّر ارسالكم الينا "كوم النفايات" ولكن لدينا منها حالياً ما يزيد على حاجتنا."

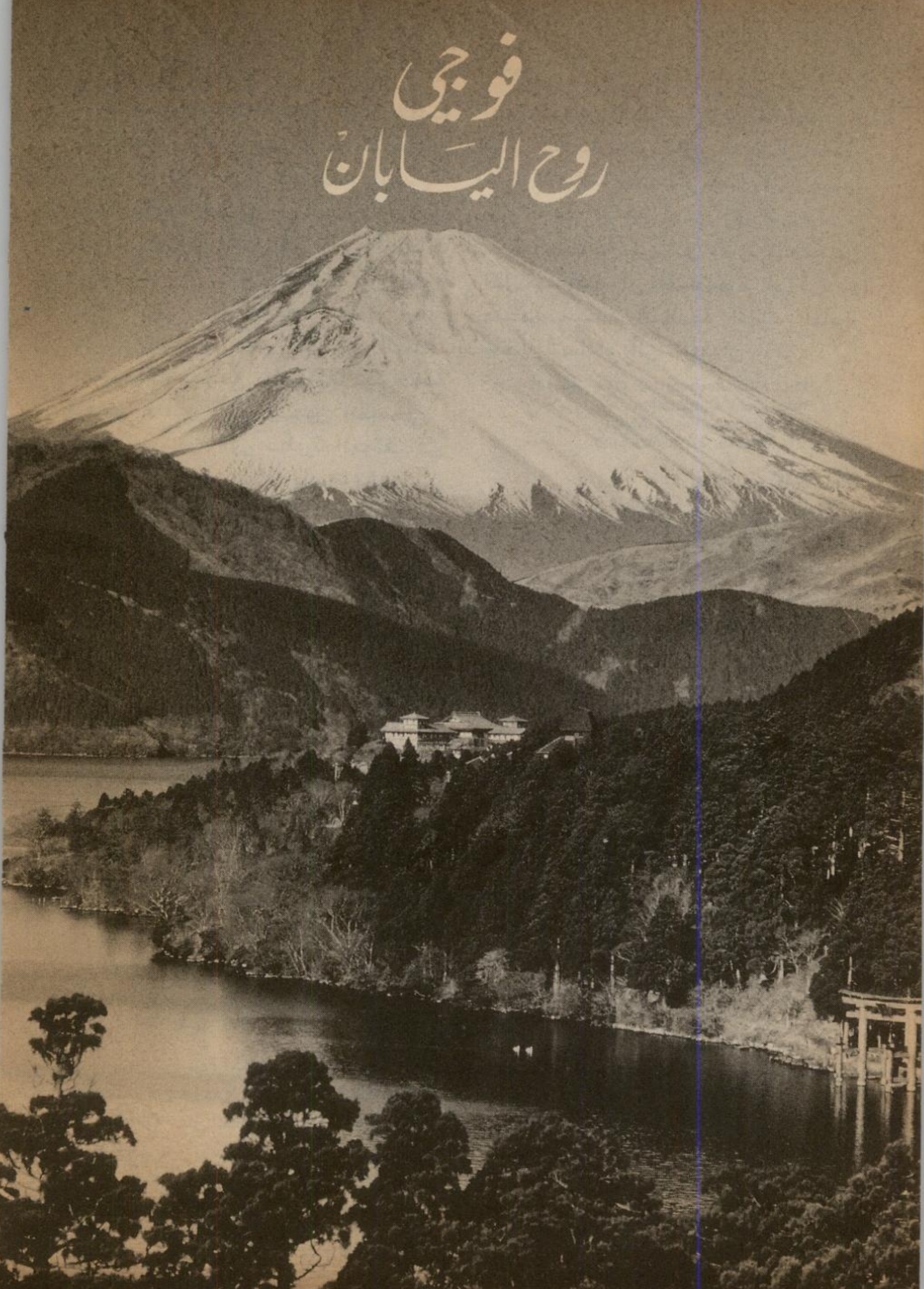
ب.ا.

تاجر الكتروني

دخلت سيدة أحد المحلات الكبرى المجهزة بآلات تقنية متطورة وعبأت قسيمة خاصة تطلب فيها إحدى السلع، وناولتها الموظف الذي حاول عبثاً تلقيمها الدماغ الالكتروني.

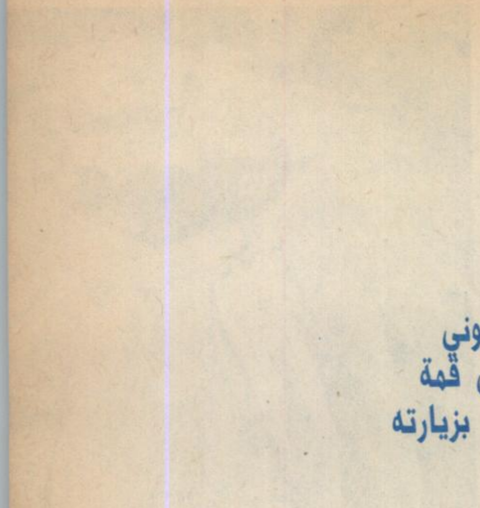
أخيراً دخل الموظف الغرفة الخلفية وعاد بعد دقائق ليعلن: "آسف يا سيدتي لا يمكنني ان أبيعك هذه القطعة. لدينا على الرف أربع منها، لكن الدماغ الالكتروني يصرّ على أنها غير موجودة لدينا."

ك.ب.


فوجي
روح اليابان

خاص

عاش كريستوفر لوكاس في اليابان عدة سنوات فأحب تلك البلاد وشعبها. وبعد غياب طويل عاد اليها فوجدها موطنا مندفعا نحو الصناعة والتقنية، مزدحما بالسكان، يكرّس ذاته لاجتراح "العجائب" الاقتصادية. وحمله الصخب والتلوث، والتقدم الجنوني في المدن، على اللجوء الى مزار على قمة جبل فوجي، وهو مكان يحلم الياباني بزيارته



على بعد حوالى ٤٠ كيلومتراً من الشاطىء يقف جبل فوجي وحيداً شامخاً، بهياً، ملهماً، يشرف على اليابان كما تتوج قمة افرست جبال حملايا. علوه الذي يزيد على ثلاثة كيلومترات يُضفي عليه قوة مطلقة وعظمة لا تدرك ونقاء تاما.

"فوجي - سان"، كما يسميه اليابانيون، هو عادة جبل ساكن، هادىء ولكنه قابل للثوران احيانا. آخر ثورة له حدثت عام ١٧٠٧ وغمرت مساحة ١٠٥ كيلومترات من مدينة طوكيو وبلغ علو الرماد ١٥ سنتيمتراً. وهو، على رغم هذا التمرد، يعني كثيراً لليابانيين. انه أكثر من رمز غير رسمي للامة، انه مستودع حياة، والمكان الذي يجدد فيه اعضاء القبيلة طاقاتهم الاحساسية ومزاياهم الوحدانية.

انه اعلى جبال اليابان واسمى رموزها. ولا شيء يعلو فوجي.

الصعود الى فوجي - سان هو غير الصعود الى اي جبل، لانه بالنسبة الى اليابانيين حج وتقليد وتظاهرة وطنية جماعية. ويمتد موسم الصعود شهرين يقعان في منتصف الصيف وتقام خلالهما احتفالات على منحدرات الجبل. ويتسلق المنحدرات قرابة ثلاثة ملايين، اما الذين يجتازون المحطة السادسة فيقدرون بمئتي الف.

انا صحافي بريطاني مقيم في طوكيو، مضى عليَّ عقدان وانا افكر في الصعود الى جبل فوجي. انه احد الاكتشافات التي كنت كل سنة اقول لنفسي سانجزه السنة المقبلة. وكان صباح، سبقه حمام ليلي بخاري عابق، غادرت المدينة الكبرى الى منحدرات فوجي - سان.

كانت لوازمي لتسلق ٣٧٧٦ متراً تكاد لا تفي بالغرض: سروال جينز قديم، حذاء للعدو، صدرتا صوف، مصباح كهربائي،

© 1987 by Christopher Lucas.Photo: D & J. Heaton / The Stock Shop

فوهة جبل فوجي والمنحدر الجنوبي الشرقي، من علو ٥٧٠٠ متر.

شراب منشط، فستق سوداني، سمك مجفف، تفاحتان، كمية من الينّات.

في الطريق الى الجبل عشر محطات: الثلاث الاولى محطات نافلة الغاية منها التوقف قليلا للراحة. الرابعة غير موجودة اصلا لان اليابانيين الذين يعتقدون بالخرافات يفضلون الاّ يتعاطوا و"شي" اي الرقم ٤ والموت معاً. وكمعظم المتسلقين ذهبت تـوا الى المحطة الخامسة المسماة "غوغوم" حيث مخيم فوجي الاساسي.

تمنيت الآن لو لم آتِ ابداً. ففي المخيّم طقطقـة آلات الـ"بنبول"(١) والعاب الڤيديو الحمقاء واطفال يرتدون زي الانسان المتفوق (السوبرمان). وفي الخارج ساحة باتساع ملعب كرة القدم مزدحمة بثلاث وخمسين سيارة سياحية كبيرة وعدد لا يحصى من المركبات الخاصة. وحواليها حوانيت تبيع هدايا وتحوي علّيقا بلاستيكيا وسلاسل مفاتيح عليها رسم جبل فوجي وقمصانا ومصبّعات من سكّر.

المكان كله يرتج بعزف موسيقي مستمر. انه اسوأ تجمع سياحي.

البركان الضخم الذي تبلغ مساحته قرابة ٨٠ كيلومتراً، يكتنف بوجه او بآخر كل ما هو من صنع الانسان الياباني. فوق محطة غوغوم التي يلفها الضباب، يرتفع قفر مكسوّ ببقايا الفحم والرماد والحمم التي كان البركان يقذفها منذ القدم. انه لمنظر مذهل. فوجي - سان يشغل كل تفكيرنا.

في هذا الصباح المشبع بالبخار من شهر يوليو (تموز) تغص المحطة بالزوار. فثمة جماعات "ميتسوبيشي" و"توشيبا" و"دنتسو" الاعلانية وكبار اعضاء نادي الروتاري وصغار نادي الليونز والنساء المراقبات للطيور. وكان ثمة ١٥٠ طالبا من ثانوية "يوكوهاما" بثياب فيروزية وقبعات قطنية بيضاء لاتقاء حرارة الشمس. امـا انـا فكنت المتسلّق المستقل الوحيد.

اشتريت، مثل غيري، "كونغوزو"(٢) كاملة بجرسين رنانين وعلم ياباني. انها

(١) Pinball لعبة تدفع بها كرة فوق سطح متحدر وسط دبابيس واهداف.
(٢) Kongozue

Photo: Paolo Koch / Photo Researchers

عصاة خشبية تساعد على السير في الاراضي الصخرية. العلم خلق لي مشكلة، فهناك علمان يابانيان وعليّ ان اختار احدهما. علم رسمي يدعى "هينو - مارو" وهو يمثل الشمس القرمزية وسط فسحة بيضاء، وعلم يدعى "كايغن - كي" وهو علم البحرية القديم ذو الخطوط النورانية المشعة. سألت البائعة: "ايهما افضل؟" فابتسمت وناولتني علم البحرية قائلة: "هذا هو الافضل".

"اسرعوا!"

الان، وقد انجزت استعداداتي، مشيت مسرعا خلال الضباب. كان الجو رطبا حاراً. وبين جيوش فوجي المندفعة بعصي "الكونغوزو" سرت وحيداً بقوة وكبرياء عاملا على اخفاء شعوري بالوحدة. خط سيرنا الوقور المتعرج كان يمر في الغابات بين شجر الشربين وشجر الارز الشامخ في محاذاة الحجار البركانية المستطيرة.

تجاوزنا الغابة وبلغنا المحطة السادسة وهي ملجأ منخفض مبنيّ من الجبس. من هناك اطللنا على جبال محدودبة ضخمة تشمخ نحو السماء في ظل سحب متقلبة سوداء. من بعيد يبدو فوجي - سان جبلا ناعما، صامتا، مكللا بالخزامى والبنفسج الزاهي والارجوان الرطب. ومن هنا يبدو جافاً، خشناً، صخرياً، مخيفاً، ولكنه محبب. امتداد لا نهاية له، مكسوّ ببقايا الفحم والرماد والخفّان والحمم، وعالم قمري مكشوف ذو لون احمر محترق تخالطهُ خطوط كبريتية صفراء وبرتقالية.

الغيوم تحوطنا، والرعد يقصف والمطر ينهمر. سلمني الدليل الملفوح من حرارة الشمس ورقة صغيرة صفراء كتب عليها: "حذار الصخور والحجار المتساقطة، انها تنذر بالخطر. اذا سمعت رعداً تيقظ واذا جاشت نفسك توقف عن التسلق فوراً واسترح." رباه! ماذا افعل هنا؟

الطريق المتعرج الغامض الذي نسلكه بدأ ينحرف صعوداً نحو جانب البركان. اما انا فاسير وعيناي شاخصتان الى تحت. هطل المطر فارتديت معطفي وتابعت سيري ولكن بتؤدة. وما هي الا لحظات حتى وجدتني اتسلّق الى جانب زوجين اشيبين متعبين لولا عكازتاهما لسقطا. المرأة محدودبة والرجل يبدو كأنه كونفوشيوس وقد بُعث بلحيته الطويلة الكثة. هي في الرابعة والسبعين وهو في السابعة والسبعين. سألتهما: "لماذا انتما تتجشمان مشقة الصعود؟" فاجابا بكل بساطة: "انه عمل يجب ان يتم". وتابعا تهاديهما.

المطر ينهمر حاداً منحرفاً يلسع وجهي، والطريق لم يكن صعبا فقد مهدته اقدام المتسلقين منذ مئات السنين. لكن الصعود نال منا قسطه. مررت بفرقة من الجيش جالسة تستريح والسخط باد على وجوه افرادها. انها هناك للقيام بتمارين ولكنها مبللة، مكتئبة، مثقلة بالاجهزة المرسلة واللاقطة وبالاكياس المحمولة على الظهور وبالخوذ المصفحة والبنادق الآلية.

المتسلقون العائدون يختالون متأنقين اختيال من انجز اعمالا باهرة قائلين بابتهاج: "غانباتي" اي اسرعوا. انه

تعبير دائم الترداد في الجبل. وفجأة ادركت انه تعبير عن الروح الذي يدفع هذه الامة ولا يُقهر. سمِّه اذا شئت "قوة الارادة الجماعية." ايام السعد وايام البؤس، في السراء وفي الضراء، هذا الشعب يظل يتحرك. اما انا فغدوت شديد اللهاث واهي القدمين، ولكن الامر مغر. انا ايضا سابلغ القمة. لن أفشل امامَ كل هؤلاء الناس، ابداً لن افشل، فلأسرع.

بلغنا المحطة السابعة. الريح عاصفة هوجاء، وعصاتي الموسومة بحديد لماع يحدد العلو تشير الى اننا الآن على ارتفاع ٢٩٨٧ متراً. هذه المحطة هي ملجأ بدائي منخفض في مكان جبلي محجوب عن الريح، مبني من حجار الحمم، سقفه من تنك مثبت بصخور. في نافذته عجوز تبيع الجائعين عشبا مسلوقا وبيضا مغليا، وشرابا منشطاً. طلبت شرابا منشطاً فاجابتني منذرة: "انت تحتاج الى شراب مقوٍّ."

انها على حق. فالى الحر الذي نكابده صعدنا بسرعة الى قفر جهنمي مملوء حمما قاسية وصخوراً حادة الانحدار. مشينا على مهل نحاذر الخطر بين الصخور الحادة قافزين من ممر ضيّق الى آخر مصممين على الوصول الى السلاسل المساعدة. يداي تجرحتا، وسروالي تمزّق. وعندما مررت بثلاثة مراهقين يحملون دراجاتهم شتمتهم بصوت عال وقلت: "ادراجة ايضا؟" فاجابوا مبتسمين: "نعم، انها ليست بدعة جديدة. المراهقون تعودوا ركوب الدراجات على قمة فوجي."

لم اتمالك من الضحك ولكن ليس طويلا. هذا القفر المخيف من الحمم يبدو انه يمتد الى ما لا نهاية. كل صخرة فيه شائكة حادة وكل حجر قاطع. وكل مَطلع شديد الانحدار. ومع ذلك ففوجي – سان لم يكن ابداً مغلقا على الناس. اول من بلغ القمة كان إنّوجيوجا وذلك قرابة العام ٨٠٠ ق.م. وعاد بحاجبين ملفوحين من الحرارة وبرواية عن فوهة بركان هائلة تغلي بالحمم الزرقاء.

خف المطر وبدأت الريح تميل الى السكون، لكن هذا لا يعني الاّ تعزية بسيطة. تابعت السير تعباً بين الصخور الحمر والشمس تسطع من بعيد تحتنا على قمم سود وبحيرات تتلألأ كأنها قطرات ندى. والمتسلقون يواصلون تقدمهم على مهل ولم أكن اسمع تذمراً من اي واحد منهم.

الآية اليابانية في الايام الجيدة تقول: "أنا أتأمل، اجازي جسدي، اتألم في صمت، اجاهد حتى النهاية. غانباتي: أسرع، جاهد، قاتل!"

شعور حار

نحن الآن صاعدون في طريق وعر قاسٍ بين منحدرين من الرماد البركاني تحوطهما صخور ضخمة تشبه نيازك ضالة، طريق زلِقٌ ضيّق ضيقَ الكتفين. وعلى رغم السلاسل المساعدة، ظل الناس يتعثرون. مشيت حذراً الى جانب اربعة عميان موثوقين واحدهم بالآخر يقودهم دليل، والى جانبنا رجل برجل واحدة، يعرج ولكنه شجاع. بعض المتسلقين رزح جانب الطريق.

توقف المطر، وانقشعت السحب.

تحتنا ينتشر فوجي بأبهة مدهشة مضاء باشعة الشمس الصفراء، ملؤه حظائر كبيرة بين بنيّة داكنة وحمراء صدئة وخضراء تغمرها الغيوم المنخفضة. وهناك لافتات كتب عليها: "حذار المنحدرات، حذار الصخور، حذار العاصفة."

تابعت التسلق. وعلى ارتفاع ٣٠١٨ متراً توقفت مُنهك القدمين عند كوخ حجري صغير. بخمسة وعشرين سنتيما وسمت عصاتي، وبدولارين ونصف دولار حصلت على كوب ساخن من القهوة. داخل الكوخ المتسلقون المرهقون تمددوا على الحصر يدخنون ويتحدثون وقد بدوا سعداء مرتاحين. انه "طابع اليابان القديم." قبل قرابة قرن كل واحد كان يسافر مشيا على قدميه ويستريح في محطة قروية خشنة مثل هذا الكوخ. هنا استقبلت استقبالا حاراً. وكل شخص الآن على منحدرات الجبل يفعل الامر عينه وبالطريقة ذاتها وينتابه الشعور اياه.

جرحت اصبعي وانا اقشر تفاحة، فاذا برجل نشيط ذي وجه كوجه الصقر يتحرك فوراً بقلق وبطريقة سحرية يقدم الي رباطا لزجا ومرهما مطهراً. انحنى امامي وقال: "أنا كازيو متسوموتو" رئيس قسم في شركة اسكان، وانت؟" رددت الانحناء وبوقار تبادلنا بطاقتينا. تفحص متسوموتو - سان بطاقتي جيداً ثم انحنى ثانية وقال: "ستكون من دون ريب رفيقي ورفيق مساعدي في التسلق؟" أجبت: "يا له امراً عظيما!"

هنا وحدتي الغالية ولَّت. احد المساعدين حمل فوراً حقيبة سفري شأني شأن الاسياد في اليابان.

فريق موتسوموتو المتسلق والمسجل كفريق اجنبي ضعيف صعد الى هذا المكان بين مقذوفات فوجي الاخيرة من حمم مجمدة ضخمة. الجو الآن بدا قارساً، مظلما ونحن نتئد في سيرنا فوق القمم والغيوم. درجة الحرارة في طوكيو كانت ٣٥ (مئوية) اما هنا فقاربت حال التجمد. معدل درجات الحرارة على القمة طوال السنة ٦،٦٧ درجة تحت الصفر.

جلسنا القرفصاء وابصارنا شاخصة الى تحت. الهواء نقيّ صاف. انها للحظة سارة. صمت كأننا في معبد. في هذا الوقت مر طلاب ثانوية "يوكوهاما" المشاغبون ملوحين بايديهم وديا كما تفعل الخيالة المكتئبة التي تسير من دون نظام. وهكذا فعل كونفوشيوس وزوجته المحدودبة اللذان يتهاديان متثاقلين على عكازتيهما، ينظران الى فوق ويبتسمان ابتسامة ضعيفة ويدلفان الى امام. وفي مكان اعلى وجدتهما يصليان بين صخور الحمم.

متسوموتو - سان يشير الى ثلاث كتل كبيرة من الثلج غير الذائب. اما انا فأسناني كانت تصطك. القمم البعيدة ظهرت بلون ارجواني حانق والنور يتلاشى تدريجا ومقذوفات الحمم القريبة بدت حالكة السواد والسحب المنتشرة فضيّة اللون. هبّت في وجهي ريح قارسة فتملكني الالم وكان هذا درسا لي ففعلت ما يفعل الياباني الصالح، عضضت على شفتي وتابعت مسيري.

فجأة رأينا فتى متجها نحونا بسرعة من التلة وهو يهتف تكراراً: "إراسشاي" اي "اهلا وسهلا، اهلا وسهلا."

بحلتها الجديدة

مجلة كل بيت

الحسناء

اسبوعية فنية اجتماعية شاملة

مواضيعها مفيدة، غنية، مبسطة تهتم بشؤون كل بيت:

- منوعات
- تحقيقات ومقابلات
- فن
- ثقافة
- تجميل
- اناقة
- مشكلة وحل
- طب
- مطبخ
- طبيعة
- حديث الابراج
- بالاضافة الى عدة ابواب اخرى

قال متسوموتو - سان: "سنستضيفه، الطعام ليس وفيراً انما الفرش نظيفة". وهذا كل ما نريده الآن.

وصلنا الى المحطة الثامنة المعروفة بـ"غوريكوكان" التي نطل منها على مشرق الشمس من علو ٣٤٤٤ متراً. من هنا نشاهد قمة فوجي - سان السوداء التي تشبه ورقة متجعدة. وفجأة تألق حولنا نور ساطع ثم ارتفع في الغسق قوس قزح رائع. وعلى الشواطئ هبط الظلام.

"بانزاي!"

لا يزال في اليابان حنين عذب الى الاشياء القديمة، الى يوم كانت البلاد معزولة عن العالم وعن الاجانب المزعجين. يوم كانت الحياة ابسط واسهل مما هي اليوم. تلك الليلة لاحظت في فندقنا الجبلي المزدحم بالناس كثيراً من الضوضاء. ولم أر ابداً مثل هؤلاء اليابانيين القانعين المستلقين على ظهورهم.

كانت "غوريكوكان" غرفة مستطيلة، منخفضة، قاتمة، ذات بلاط مكشوف قذر وحصر مفروشة بأناقة حول مربّع مفتوح يتأجج فيه جمر فحم حجري. كل متر مربّع منها يشغله متسلقون مضطجعون متعبون يأكلون ويشربون ويتحدثون. كل شخص كان يحصل، في مقابل خمسة وعشرين دولاراً، على مضجع بمساحة متر مربع وعلى وجبة تحتوي على قصعة من الرز الابيض المغلي وحساء الفول والملفوف المحفوظ بالخل واكواب غير محدودة من الشاي الاخضر. اما متسوموتو - سان، رجل فوجي المحنك، فكان يحضر، على سبيل الاحتياط، علبا صغيرة من الفراريج المتبّلة والبطاطا المتبلة والمحار المدخّن وسمك الصيدح. كل هذه الاصناف كان يقدمها الينا مساعداه على الطريقة التقليدية مع ملاعق صينية. اما متسوموتو نفسه فكان يقدم شراباً معلباً واكوابا من الورق المقوّى. واما انا فدون تروٍّ القيت بما لدي من شراب وفستق سوداني.

مدير الفندق، وهو رجل ضخم الجثة قوي العضلات، ذو لحية كثة سوداء ورباط برتقالي على جبهته، أعلن ان الانوار ستُطفأ الساعة الثامنة تماما وسنُوقظ الساعة ٢،٣٠ فجراً تمكينا لنا من بلوغ القمة لحظة شروق الشمس.

قبل حلول الثامنة رافقنا الى ما وراء ستار رثٍّ حيث وجدنا قرابة ثمانين شخصا، ذكوراً واناثاً كباراً وصغاراً ومتوسطي الاعمار، ممددين على الارض اما نياما واما منهكين. سلّم كل واحد منا فرشة ووسادة صغيرة قاسية وتركنا نتدبر امورنا. مولّد الكهرباء لفظ انفاسه الاخيرة وانطفأ النور.

انتصبت في وجهي ركبة شاب ياباني، وعلى صدري تتحرك رِجْلا شخص آخر يشاركني في الفراش. وهناك رجل يجلس فجأة وينطلق في الفناء ثم يصمت ويستلقي على ظهره ويغفو. وهنا آخر غطيطه كصوت المنشار ورفيق له كآلة بخارية. يا له ايقاعا من غطيط.

اخيراً غلبني النعاس فغفوت.

تَمَّ ايقاظنا الساعة ٢،٣٠ فجراً. الريح الهوجاء تهز زجاج النوافذ والغيوم

الكثيفة الممطرة تنتشر حولنا، وطيوف الحجاج تمر من امام نوافذنا وقد حمل كل منهم مصباحا كهربائياً كاشفاً. المسؤولون ينادون جماعاتهم في الظلام الدامس وينبهونهم الى اقتراب موعد "الانفجار الاخير لقوة الارادة الجماعية."

بعدما جرعنا قصعة ساخنة من حساء المعكرونة تهيأنا للسفر في الليل القارس العاصف والممطر. لا نستطيع ان ننظر الى ابعد من مترين امامنا. انه لامر مخيف. اما متسوموتو - سان فيقول: "لا تجزع." واما انا فلا ادري لماذا لا أجزع. مررنا متثاقلي الخطى بالجنود المكتئبين الذين يتجمعون بعضهم فوق البعض الآخر في ملجأ الفندق، نصف نيام.

أخطأنا طريقنا وسط الغيوم فوقعنا وسط صف من المتسلقين يبدو ان لا نهاية له. اجتزنا منحدراً منفتحا على الريح، وصعدنا في ممر رمادي حاد الانحدار يقع بين صخور كبيرة سوداء مطمورة بالرماد الى نصفها. في عصا كل متسلق جرسان ونحن كنا نتبع رنين الاجراس. وكالعميان نصعد في طرق ملتوية حامدين الله على وجود سلاسل مساعدة نتمسك بها ونهتدي.

وصلنا الى المحطة التاسعة. اللافتة تشير الى اننا على ارتفاع ٣٣٥٢ متراً. وسمت عصاي مجدداً. مررنا تحت عتبة بوابة في شكل نير ذات لون قرمزي تدعى باليابانية "توريي." ثم دخلنا مزار "شنتو" الصغير المحفور في جرف عال في منحدر الجبل. القينا بعض النقود المعدنية على المحراب المكشوف. وكالماشية في الحظيرة، تجمعنا طلبا للدفء والسلوى. ومن العجب العجاب ان متسوموتو - سان عبر وحيداً.

صعدنا على مهل الى منعطف شديد الانحدار والغيوم لا تزال تلفنا. احسست ان وجهي تجمّد وان يديَّ تخدّرتا. كنا كثراً نتسكّع محشورين ردفا الى ردف. انها الرابعة والدقيقة الاربعون، ساعة شروق الشمس، ونحن كالمجانين على مقربة من القمة ولكننا واقعون في عرقلة سير مزعجة. انها ساعة الازدحام على فوجي - سان.

فجأة تحوّلت الغيوم الرمادية السريعة الدوران الى حمراء وردية ناعمة، وتفرّقت متجهة الى الشرق حيث ارتسمت في شكل دائرة قرمزية تحجب الافق ثم ارتفعت مهيبة فوق القمم النائية. انه حقاً لمنظر رائع. العلم الياباني يرفرف، والهتاف ينطلق مدويا من حناجر المتسلقين: "بانزاي بانزاي بانزاي" وآلاف السواعد تلوّح مرتفعة فوق الرؤوس.

دهشت وصدمت في آن: "بانزاي" تعبير ياباني حربي معناه: الى الامام، هجوم، اقتحام." كل وجه الآن ملتفت نحو شروق الشمس. وكثيرون من الشيوخ القريبين منا ساجدون على الصخرة الحادة يصلّون واعينهم مغمضة. انه لامر غير عادي.

الضباب الرطب تفرّق، ونحن كالجنود سرنا، فكأنما الامر مدبر سلفا. طريقنا الملتوية تتصاعد بحدة ونحن نتسلق لاهثين يداً فوق يد. بعد مضي نصف ساعة بلغنا القمة حيث الدرج العمودي الشاهق الاخير الذي برته صخور الحمم. مشينا متمهلين تحت عتبة مصنوعة من حجر

الصوان حيث مررنا بنصبي أسدين صينيّين منحوتين. اما النبيل متسوموتو - سان فكان دائما ينحني امامي بخشوع، كذلك مساعداه. وانا ارد التحية وبداي على ركبتي. قال لي: "اوميديتو،" اي مبروك. فرددت له التحية.

على قمة فوجي

هنا على القمة الجو صاف، نقي. وشمس الصباح الباكر تبدو صغيرة ذات دائرة لجينية، تسطع في سماء زرقاء. ومن هنا نشاهد عشرات القمم تلوح خلال السحب المتنقلة على انخفاض آلاف الاقدام تحتنا. كل بقعة ترقص وكل حجر يلمع. والريح تهب باردة منعشة. اما انا فشعرت بانني رجل عظيم.

قال متسوموتو، من دون اي ايضاح: "الان سنذهب الى مزار شنتو."

المزار في فوجي - سان مقام مهيب. ولكنه كغيره من المزارات منخفض بسيط مكشوف ومكوَّن، تقشفاً، من خشب الصنوبر غير المصقول، ومع ذلك فهو يباهي تاج الاسرة الامبراطورية الاقحواني المذهب.

داخل المزار وسمت عصاي في مقابل ١٠٠ ين، ثم لحقت بالحجاج الذين كانوا يغرفون التمائم او رقع الحظ السعيد واوراق الابراج، من سلة مملوءة بمثلها. انها لتجارة رابحة. بعد ذلك أرشدنا الى عمق المكان حيث ركعنا حول موقد فحم حجري وقدم الينا الشاي الاخضر وقصعة من الحبوب الحمراء الحلوة اللزجة. ثم دعينا الى المجلوس امام طاولة خشبية بسيطة وضعت عليها كؤوس كبيرة من الجعة اليابانية المستخرجة من الرز وسواه من الحبوب.

جلسنا القرفصاء وابصارنا شاخصة الى رجل غامض الملامح يرتدي عباءة يابانية حريرية ثقيلة الوزن وسروالا منشى ويعتمر قبعة مستطيلة سوداء مخروطية الشكل. وكان هناك قرع طبول وطقطقة عصي وترنيم على ناي من قصب. الرجل يرفع يدين متعارضتين ويلوح بغصن من خشب الكافور تتدلى منه قطع مستطيلة من الورق، ويرنم ترانيم قديمة لا يفهمها احد، ويسكب لكل منا وفقاً للاصول ملء القمع جعة يابانية مستخرجة من الرز. دفعنا ما يتوجب وغادرنا المكان.

قرب المزار، على قمة الجبل، يستقر قصر السرور وهو مبنى كبير للاستراحة وحانوت للهدايا. الساعة تقرب من السادسة والدقيقة الثلاثين صباحاً والمكان مزدحم بالناس. خمسة مغنين انفجروا بغناء ياباني صاخب، وثلاثة تلفازات تعرض مشاهد من مباراة في كرة القدم. وكان هناك كثير من الالعاب التي يولع بها اليابانيون الصغار مثل مصارف لباعة متجولين ورواد فضاء وسواها من الالعاب الالكترونية.

ضمن هذه الجدران مقهى غير محبب يبيع شطائر ووجبات نقانق سمك، وحانوت مكتظ بادوات الزينة يبيع كلاما فارغا مثل: "قمصان قمة جبل فوجي الجميلة،" "ملصقات فوجي - سان،" "خناجر فوجي - سان رقم ١،" "بطاقات جبل فوجي،" "اعلام أساهي،" "مخللّات شروق الشمس،" "تفاح أساهي المحلّى."

وللتخلص من هذه الورطة قررنا، متسوموتو - سان وانا، السعي الى اكتشاف فوهة البركان. شروق الشمس اللطيف لم يكن حاراً والجو لا يزال قارساً، والريح تهب مخترقة ما بين صدرتي ومعطفي ونحن نسير في اتجاه نفحاتها الرطبة. فجأة بدت القمة مهجورة. تطلعت الى تحت فذهلت اذ رأيت صفا كالنمل يزحف نزولا. لم تكد تمر ساعتان على بزوغ الفجر حتى كان الحجاج الجزعون يتدافعون مغادرين. انه لامر لا يصدّق. كيف يتحمل الناس مشاق هذه الطريق الطويلة المتعرجة ليبلغوا فندق الجبل ثم يكادون لا يُمضون الا نصف ساعة على القمة الشاهقة.

لم ننزعج في النزول. سرنا عبر قمة صخرية مستديرة مجتازين حافتها الحجرية لنجد انفسنا فجأة خارج مجرى الريح مواجهين قلب البركان الذي كانت فوهته العظيمة هادئة آنذاك. ويبلغ علو الفوهة ١٨٠ متراً، وهي ذات جوانب رمادية داكنة تتخللها خطوط سوداء وبقع ثلج قديم.

على جانبها البعيد لقيت المراهقين الثلاثة يسرعون نزولا على دراجاتهم، وهم يتبرمون غيظاً، نحو الممر الضيّق الممهّد عند سفح القمة. ويبلغ طول هذا الممر ١٦٠ متراً فقط. ويظهر ان الثلاثة كانوا ذاهبين الى حفلة راقصة. كل سرج من دراجاتهم وسم بعبارة "قمة جبل فوجي،" وهم بهذا معجبون جداً. سألتهم: "أيستحق هذا الوسم كل تلك المشقة؟" فاجابوا: "نعم، بكل تأكيد. اثنان فقط غيرنا من مدرستنا فعلا مثل هذا."

تابعنا السير حتى وصلنا الى آخر قمم فوجي - سان واعلاها حيث وجدنا مرصداً حكوميا متواضعا وواجهنا رياحا وعموداً بسيطا مصقولا من المرمر الاحمر مكتوبا عليه: "هذا هو اعلى جبل ياباني، فوجي - سان ٣٧٧٥م". من هنا، من على قمة القمم هذه، تأملت السهول الزمردية المنبسطة دوننا فادركت ان فوجي - سان بالنسبة الى اليابانيين يقع في نقطة الصفر من البوصلة. كل شيء يمكن ان يتحرك او يتغير الا فوجي - سان فهو ابداً باق ثابت لا يتحرك ولا يتغيّر.

موتسوموتو - سان التفت فجأة الى ساعة يده وتكلّم بحدة مع مساعديه، ثم انحنى بفتور وقال، من دون اعتذار: "يجب ان اذهب الان." فقلت له: "كنت سعيداً جداً برفقتك النبيلة." انحنى ثانية، فرددت التحية بسرعة ثم انصرف.

جوهر فوجي - سان

سرت وحيداً ثانية فدرت الدائرة الكاملة حول الفوهة. الجو لا يزال بارداً والجليد يتكسّر تحت قدمي. اما القمة فقد كانت في فوضى: الصحف الممزقة تتطاير مع الريح، والعلب الفارغة تقعقع مهملة على الصخور الرملية، وعلى طول الطريق تتبعثر زجاجات الجعة الفارغة والاكياس البلاستيكية والملاعق الصينية. كهنة فوجي - سان ومستخدمو الفندق يحرقون نفاياتهم يوميا من دون انقطاع قبل غروب الشمس، والنفايات تتقد كنار مشعل في العصور الوسطى. لكن المتسلّقين يتركون وراءهم دائما كثيراً من الفضلات.

مشيت الى منطقة مكشوفة حارة مطمورة بالحجار المنثورة، واقعة بين الفوهة ومحيطها الخارجي، فكنت كذرة في قمة فسيحة موحشة. جلست القرفصاء وحدّقت الى تحت. انه لمشهد رائع فخم، ولكن مرعب. صحراء مقوّسة كبيرة ملأى حمما بنيّة وسوداء وحمراء صدئة، ومنحدر موحش مهلك مطمور بحجار بركانية رمادية. لا شجرة واحدة ذابلة، ولا ورقة واحدة من النبات. اليابانيون يسمون هذا المكان "الارض المحروقة." لا شيء باق الا حطام الانفجار البركاني الهائل منذ قرابة ٣٠٠ الف سنة، ذلك الانفجار القوي الذي محا اثار ثلاثة او اربعة براكين لا تزال تحت الارض.

على ارتفاع ٣ كيلومترات، في فلاة تمزقها الرياح، ضللت الطريق فتظللت ملجأ تحت صخرة كبيرة حيث شعرت فوراً بأن لي رفاقا. تفرست في الظلال حواليّ فوجدتني مراقبا من عشرات البوذيين النحيفي الاجسام المدسوسين في وجه الصخرة. انها اشارة متواضعة لتوسل فضل او نعمة. حضورهم المخيف جعلني افكر مليا بهذا الجبل السحري ووجوهه المتعددة.

سمعت من ورائي اصواتا ترنم تراتيل باهتة تترجع كالاصداء مع الريح، اصواتا غامضة خارقة. فوقفت وعدت ادراجي الى الفوهة. هناك داخل دائرة من صخور الحمم يجلس القرفصاء قرابة ستين يابانيا معظمهم من الرجال والعجّز. يركعون على حصى حادة وايديهم مشبوكة بعضها بالبعض الآخر، ينحنون انحناء بطيئاً رافعين رؤوسهم الى فوق ثم خافضينها الى تحت تكراراً بحيث تكاد جباههم تلامس الارض. بينهم شاهدت العميان الاربعة وهم لا يزالون موثوقين بعضهم بالبعض الآخر، وشاهدت كونفوشيوس ذا اللحية الكثة وزوجه الواهية.

يتجمعون، بعضهم على بعض، طلبا للدفء، جاثمين شاخصين بابصارهم الى الداخل، الى الفوّهة المنفغرة.

حين انضممت الى هذا الجمع الهادىء بدأت افكر في ان قيام هذا الشعب المتواضع بهذا الاحتفال البسيط يتضمن المغزى الحقيقي لاي صعود الى هذا الجبل. هؤلاء الناس، كغيرهم من المتسلّقين يتشاركون في الالتزام الازلي قلبيا وروحيا للاحترام والتنسك.

ان الصعود الى فوجي - سان، بالنسبة الى اليابانيين، هو اكثر من عمل رياضي، اكثر من تجربة الجسد الضعيف او قصاصه او التغلب عليه، اكثر من سباق تصاعدي هجومي شعبي كثيف، اكثر من تعبير عنيد عن قوة الارادة الجماعية. الصعود الى فوجي - سان هو كل هذه ولكنه قطعا اكثر منها كلها مجتمعة.

الصعود الى فوجي - سان هو في الحقيقة نوع من نهج. هو عمل يقوم به الناس، عمل يجب ان يقوموا به. الآباء يأخذون ابناءهم الى القمة. والاساتذة يقودون تلاميذهم. ورؤساء المؤسسات يجلبون اعضاء مجالس الامناء. انهم يكرمون النفس اليابانية: الروح اليابانية "ياماتو داماشيي،" طلوع الشمس، طلوع الامبراطور، طلوع الشمس الازلية. انها الروح التي توفد التجار اليابانيين لاستكشاف العالم، والتي تجعل التلاميذ

اليابانيين يحرقون زيت منتصف الليل، والمهندسين اليابانيين يكدون على مدار الساعة من اجل انجاز مشروع ما في الوقت المحدد.

الادمغة الالكترونية حلت محل سيوف "ساموراي"، لكن الجبل السحري يبقى اعظم مظهر دائم منظور للروح اليابانية، والصعود اليه يظل تعبيراً لا يضاهى عن ولاء المواطن الياباني وتكريس نفسه لوطنه. الصعود الجماعي يؤكد الانتماء المطلق الى المجتمعات القبلية.

بعد ساعات قليلة عدت الى مزار "الاميرة الشجرة المزهرة" الذي استعاد الآن هدوءه، ملتقطا انفاسي قبل عودتي نزولا. جلست على الدرج اتمتع بنظرة تأملية اخيرة من القمة الخلابة. رأيت التوأمين المنتميين الى عائلة سوزوكي اللذين لا يقهران والبالغين من العمر خمسة وسبعين عاما، وكنت قد التقيتهما وانا صاعد الى الجبل، فتوقفت وحييتهما. فقالا، وهما يربّتان ظهري: "حسنا، كلنا ناجح في المعركة، أليس كذلك؟" فأجبت: "بكل تأكيد". فقال احد التوأمين: "نحن مسرورون لمجيئك، شكراً لك. فوجي - سان هو رمزنا، كما ترى، ولذلك يجب ان نؤدي له الاحترام."

وقال الاخ الآخر: "فوجي - سان كان ايضاً رمزنا ايام الحرب السيئة ولكن كل شيء الان غدا منسيا، أليس كذلك؟" واضاف، والصدق باد في تعبيرهما: "ولكننا جميعنا صعدنا الآن معا الى فوجي، اليس كذلك؟ انها لفكرة طيبة."

بعدئذ انحنينا بعضنا لبعض وتصافحنا وتعانقنا ثم تصافحنا ثانية وقلنا معا: "الى اللقاء السنة المقبلة." فعلنا وقلنا كل هذه الاشياء الودية الجيدة التي يتفوه بها الناس بعد تشاركهم في رحلة جريئة هي خبرة مثيرة للعواطف تستحق الذكر. ثم ذهب كل واحد منا في طريقه ونحن نلوّح مودعين "سايونارا مرة اخرى."

عدت في الطريق المنحدر اتعثر وحيداً على السجيل المتحرك، وبعد هنيهة مررت بالمحطة المتعبة المعرّقة الشديدة الانحدار حيث سمعت كلمة "غانباتي،" فاسرعت.

من المضحك القول: "الرجل الحكيم يصعد الى فوجي - سان مرة واحدة في حياته." وهناك قول قديم يحذر: "المجنون فقط يصعد مرتين" اما انا فسأعود ثانية يوما ما.

كريستوفر لوكاس

ترجمة السفير هنري أبو فاضل

❋❋❋

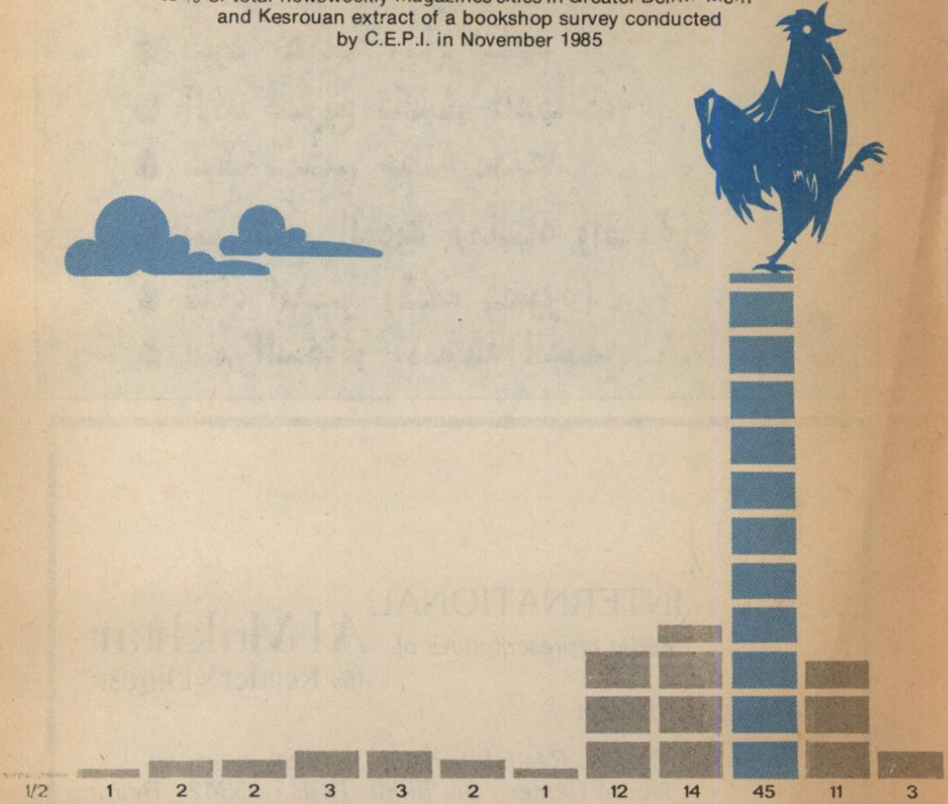
عدستان يقظتان

تكثر شكاوى الطلاب الجامعيين من الصفوف الباكرة في الثامنة صباحاً. وقد تعجبت لرؤيتي احدى طالباتي كل صباح وافرة التيقظ والنشاط. فسألتها مرة عن سر حيويتها الصباحية فأجابت: "الامر بسيط يا استاذ. اني أبقي عدستيَّ اللاصقتين في الثلاجة ليلا، وفي الصباح أضعهما في عيني قبل دخولي الصف."

ل.ب.

The sky is still our limit

45 % of total newsweekly magazines sales in Greater Beirut Metn and Kesrouan extract of a bookshop survey conducted by C.E.P.I. in November 1985



النهار العربي والدولي

an nahar arab & international

مجلة كل لبنان، مجلة كل اللبنانيين

exclusive advertising representative **TAMAM S.A.L**

الشهر المقبل في المختار

- فورد، حكاية رجل عظيم
- آلات بصرية تكشف العجائب
- كيف تمضي عطلة ممتعة
- بين فكّي الموت (مأساة واقعية)
- فتاة الجسر (قصة قصيرة)
- سمّ السجائر يتنشقه الجميع

rp INTERNATIONAL

Media representatives of Al Mukhtar

Min Reader's Digest

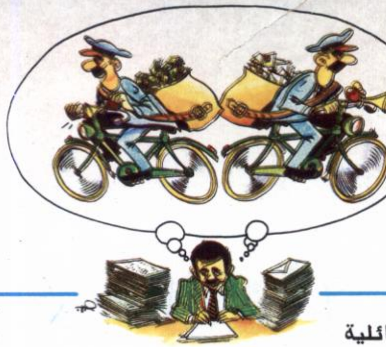
Contact Offices:

Lebanon : *C/O La Régie Libanaise De Publicité s.a.r.l.*
Noura Center - Sin El Fil POB - 55342 - Beirut
Tel - 01 - 482185 - 482068 - 490307/11/12/13
Tlx - 42528 RELIP

France : *C/O Mediarab France*
116 Ave. Des Champs Elysées - 75008 - PARIS
Tel - 01 - 45.63.17.27. - Tlx - 641605 ISOBUR

UK : *C/O Mediarab LTD*
67 Knightsbridge - London SW1 X 7RA
Tel - 01 - 2358416/18 - Tlx - 918711 MEDIAB

اكتب واربح



هل لديك نكتة، هل صادفت في حياتك العائلية او المهنية حادثا طريفا، هل سمعت حكاية ذات مغزى وترغب في ان تشرك الآخرين في متعتها؟ خذ قلما وورقة واكتب ما لديك وارسله الى "المختار" فتدفع لك المجلة في المقابل، بعد النشر، حسب المعدلات الآتية:

صور من الحياة: القصة يجب ان تكون حقيقية تتحدث عن تجربة شخصية ناجحة ذات متعة خاصة. تدفع عن القصة الواحدة ٢٥ دولاراً.

لضحك خير دواء: تفضل النكتة الاصلية، اما اذا كانت منشورة فيجب ان تختار من المطبوعات المحلية ذات الانتشار المحدود. تدفع ٢٥ دولاراً عن الاصلية و١٠ عن المنشورة.

تأملات معاصرة: مقاطع اصلية او من كتب ومقالات منشورة تنطوي على مغاز حكمية. يدفع دولار عن كل سطرين.

حديقة افكار: أقوال مأثورة للاعلام العرب. تدفع ٥ دولارات عن كل سطرين، على الا يتجاوز القول المأثور السطرين.

السدات: هناك نكات ونوادر قصيرة من مصادر مطبوعة مثل الكتب والمجلات ذات الانتشار المحدود. وهذه كذلك يرحب بها "المختار" ويدفع دولارين عن السطر ذي العمودين.

المقالات: يرحب "المختار" بالمقالات التي تتحدث عن تجارب شخصية مر بها آخرون معروفون من القراء مع ذكر الاسماء والوقائع والمراجع. يدفع ٢٥٠ دولاراً عن الموضوع الذي ينشر في المجلة.

الشروط

- كتابة الرسائل بخط واضح، والا طبعها على الآلة الكاتبة.
- كتابة مادة كل باب على ورقة منفردة.
- في حال ورود مادتين متشابهتين من قارئين مختلفين ينظر في المادة التي تصل اولا، حسب خاتم البريد.
- ذكر المصدر العربي شرط اساسي لقبول اي مادة. ونعني بالمصدر، خصوصا في "حديقة افكار"، الكتاب الذي نُقل عنه: اسم الكتاب، اسم المؤلف، تاريخ النشر، الصفحة او نسخة مصورة اذا امكن.
- تحاشي المواد المترجمة او المستقاة من مصادر اجنبية.
- لا تعاد النصوص الى اصحابها، سواء نشرت او لم تنشر.

توجه الرسائل الى العنوان الآتي: مجلة "المختار من ريدرز دايجست"، مركز ميرنا شالوحي، بولفار سن الفيل، ص.ب ٥٥٢٤٨، المتن الشمالي، لبنان.

"غداً تقولين كان" للامريكية جيسكا زمسكي